সৌখিন-খাদ্য-পাক।

অর্থাৎ

খেচরান্ন, পলান্ন, কালিয়া, কোর্ম্মা, শিক

কাবাব, কোপ্তা, কটলেট, চপ্,

ইত্যাদি রন্ধনের নিয়ম।

প্রথম ভাগ।

পাক-প্রণালী সম্পাদক

শ্রীবিপ্রদাস মুখোপাধ্যায় প্রণীত।

[illegible] নং কর্ণওয়ালিস্ ষ্ট্রীট, বি. বানার্জ্জি এণ্ড কোং দ্বারা

প্রকাশিত।

প্রথম সংস্করণ।

কলিকাতা

বিজ্ঞাপন।

অতি প্রাচীন কাল হইতে ভারতবর্ষে রন্ধন বিদ্যার সমধিক আদর দেখিতে পাওয়া যায়। অন্যান্য বিদ্যার ন্যায় এদেশে রন্ধন-বিদ্যারও যে, সমধিক উন্নতি সাধিত হইয়াছিল, তাহার ভূরি ভূরি প্রমাণ বর্ত্তমান আছে। অতি প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে পরমান্ন, খেচরান্ন, পলান্ন এবং শূল্য মাংসাদির নামোল্লেখ দেখিতে পাওয়া যায়। ভীম, দ্রৌপদী এবং অন্নপূর্ণার রন্ধন-পটুতার পরিচয় কে না অবগত আছেন? যে দেশে রন্ধন বিদ্যার এতদূর শ্রীবৃদ্ধি সংসাধিত হইয়াছিল, যে দেশে গৃহে গৃহে অতিথি-শালার ব্যবস্থা, যে দেশে স্বহস্তে রন্ধন করিয়া আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি সাধন করা স্ত্রীজীবনের চিরন্তন পবিত্র প্রথা, যে দেশে অন্নদানের ন্যায় পবিত্র ফল আর কোন কার্য্যে নাই, সে দেশে এক্ষণে দিন দিন রন্ধন বিদ্যার প্রতি অবলাজাতির অশ্রদ্ধা বর্দ্ধিত হইতেছে, হিন্দুজাতির মধ্যে রন্ধন-প্রথার পবিত্রতা বিনষ্ট হইতেছে, মাতা, ভগ্নী এবং স্ত্রী প্রভৃতির প্রতি যে ভার ন্যস্ত ছিল তাহা এক্ষণে পাচক ও পাচিকার উপর অর্পিত হইয়াছে; সুতরাং পূর্ব্বের ন্যায় আর গৃহিণীরা রন্ধন-পটুতা প্রকাশ করিতে সমর্থা হয়েন না। এদেশে যাহাতে পাক-বিদ্যার পুনরুন্নতি হয়, সেই আশায় "সৌখিন-খাদ্য-পাক" জন-সাধারণে প্রকাশ করিলাম। এই ক্ষুদ্র পুস্তক দ্বারা রন্ধন-বিদ্যার কিঞ্চিৎ উন্নতি হইলেই সমুদায় আয়াস সফল জ্ঞান করিব।

উপসংহারকালে বক্তব্য সমুদায় ইংরাজী রন্ধনপ্রথা এই পুস্তকে লিখিত হইলে পুস্তকের আকার বৃহৎ হইয়া উঠে এবং পুস্তক প্রকাশেও বিলম্ব ঘটে; এই জন্য আপাততঃ প্রথম ভাগ "শৌখিন-খাদ্য-পাক" প্রকাশ করিলাম। দ্বিতীয় ভাগে কেবল মাত্র ইংরাজী খাদ্য রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইবে।

কলিকাতা
১২৯৬ সাল। } শ্রীবিপ্রদাস শর্ম্মা।

সূচী

প্রথম পরিচ্ছেদ।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ।

খেচরান্ন প্রকরণ।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

পলান্ন প্রকরণ।

চতুর্থ পরিচ্ছেদ।

কালিয়া প্রকরণ।

পঞ্চম পরিচ্ছেদ।

কোর্ম্মা প্রকরণ।

ষষ্ঠ পরিচ্ছেদ।

কোপ্তা ও কাবাবাদি প্রকরণ।

শ্রীযুক্ত বাবু বিপ্রদাস মুখোপাধ্যায় প্রণীত পুস্তক সমূহের মূল্যের তালিকা।

পাক-প্রণালী।—১ম, ২য়, ৩য়, ৪র্থ খণ্ড। প্রত্যেক খণ্ডের মূল্য ৸৹ করিয়া; এবং প্রতি খণ্ডের ডাকমাশুল ✓৹ এক আনা হিসাবে। এই চারি খণ্ডে পৃথিবীর যাবতীয় সভ্য-জাতির রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইয়াছে। ইহা বাঙ্গালা ভাষায় এক সম্পূর্ণ নূতন ব্যাপার।

রন্ধন-শিক্ষা।—১মভাগ; মূল্য ৶৹ তিন আনা। ডাকমাশুল অর্দ্ধ আনা। ইহাতে শাক, সুক্ত হইতে পরমান্ন পর্য্যন্ত বাঙ্গালীর নিত্য ব্যবহার্য্য খাদ্য প্রস্তুত প্রণালী লিখিত হইয়াছে।

মিষ্টান্ন-পাক।—১ম ভাগ; মূল্য ৸৹ বার আনা। ডাক-মাশুল অর্দ্ধ আনা। ইহাতে দধি, দুগ্ধ, ক্ষীর, সর, রাব্‌ড়ি; ঘৃত-পক্ক অর্থাৎ লুচি, কচুরি, পাঁপড়, মিঠাই, মতিচুর, নিখুতি, খাজা, গজা, অমৃতি, জিলাপী, পান্তোয়া, ছানা-বড়া; সন্দেস, বরফি, মোহনভোগ প্রভৃতি মিষ্টদ্রব্য প্রস্তুত করিবার সহজ নিয়ম শিক্ষা করা যায়।

মিষ্টান্ন-পাক।—২য়ভাগ; মূল্য ।৹ আটআনা; ডাকমাশুল অর্দ্ধ-আনা। ইহাতে পায়স, পিষ্টক, মোরব্বা, আচার এবং চাট্‌নি প্রভৃতি প্রস্তুত করিবার সহজ উপায় বিবৃত আছে।

সৌখিন-খাদ্য-পাক।—১ম ভাগ; মূল্য ১।৹ পাঁচসিকা; ডাক-মাশুল ✓৹ এক আনা। পোলাও, কালিয়া, কোর্ম্মা শিক, কাবাব, কোপ্তা, কারি, কট্‌লেট্‌ এবং চপ্‌ ইত্যাদি প্রস্তুত করিবার সহজ উপায় এই পুস্তক পাঠে জানা যায়।

এমন কি গৃহলক্ষ্মীরা স্বহস্তে রন্ধন করিয়া আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি-সাধন করিতে পারিবেন।

পথ্য-রন্ধন।—মূল্য ॥০ আট আনা; ডাকমাশুল অর্দ্ধ আনা; কবিরাজি, ডাক্তারি এবং হোমিওপ্যাথিক মতে পথ্য রাঁধিবার নিয়ম শিক্ষা এই পুস্তক পাঠে হয়।

গৃহস্থালী।—মূল্য ১।০ পাঁচসিকা; ডাকমাশুল /০ একআনা। গৃহীর জ্ঞাতব্য বিষয় অর্থাৎ সাধারণ স্বাস্থ্যবিধি, পশু, পক্ষীর চিকিৎসা, ইট পোড়ান, খিলান, কড়ি কাষ্ঠাদি নির্ব্বাচন, বনিয়াদ, গৃহপরিষ্কার; গাছের কলম, শাক সবজীর চাষ, এবং বস্ত্রধৌত, কালী প্রস্তুত করণ ও নানা প্রকার মুষ্টিযোগ ইহাতে লিখিত হইয়াছে।

যুবতী বা স্ত্রী-জীবনের আদর্শ।—মূল্য ৸০ বার আনা; ডাকমাশুল এক আনা। এই পুস্তক বাঙ্গালা ভাষায় সম্পূর্ণ নূতন। যদি কেহ রমণী-কুসুমের সৌন্দর্য্য অধিক দিন রাখিতে ইচ্ছা কর; যদি কেহ স্বাস্থ্য-বান্‌, সুস্থ-কায়, দীর্ঘ-জীবন পুত্র-রত্ন কামনা কর; যদি কেহ নির্জ্জীব, মৃত-প্রায় বাঙ্গালিজাতির বংশ-গত উন্নতি বাসনা কর; তবে এই প্রয়োজনীয় পুস্তক একবার পাঠ কর।

যুবক-যুবতী।—১মভাগ। মূল্য ১৲ এক টাকা, ডাক মাশুল /০ এক আনা। যদি কেহ আদ্য ঋতু, যৌবন, সহবাস, গর্ভ-সঞ্চার, গর্ভপাত বা গর্ভস্রাব, কি উপায়ে সন্তান সুশ্রী হয়, গর্ভে পুত্র, কন্যা এবং নপুংসক নিরূপণ, ভূমিষ্ঠ সন্তানের পরমায়ু পরীক্ষা এবং প্রসব করাইবার সহজ উপায় জানিতে চাও, তবে যুবক-যুবতী পাঠ কর।

সৌখিন-খাদ্য-পাক।

—:0-0:—

প্রথম পরিচ্ছেদ।

পাক-পাত্র।

পোলাও, কালিয়া এবং কোর্ম্মা প্রভৃতি উপাদেয় খাদ্য রন্ধন করিবার পক্ষে ডেক্‌চি ব্যবহার করাই প্রশস্ত। ডেক্‌চিতে রন্ধন করিলে অল্প উত্তাপে রন্ধন হইতে পারে। পাক-পাত্র ভাঙ্গিয়া যাওয়ার আশঙ্কা থাকে না। এবং অল্প সময়ে পাক-কার্য্য সম্পন্ন হইয়া থাকে। মৃত্তিকা পাত্রে রন্ধন করিলে হাঁড়ি ভাঙ্গিবার বিশেষ আশঙ্কা।

যে ডেক্‌চিতে রন্ধন করা যায় তাহা মধ্যে মধ্যে কলাই করিয়া লওয়া আবশ্যক; কারণ কলাই উঠিয়া গেলে, তাম্র পাত্রে পাক করিলে খাদ্য দ্রব্য বিষাক্ত হইবার গুরুতর সম্ভব।

মৃত্তিকা পাত্রে রন্ধন করিতে হইলে তাহা উত্তমরূপ টেঁক-সই হওয়া আবশ্যক। আর উহাতে পোলাও প্রভৃতি রাঁধিতে হইলে অগ্রে জ্বালে পাকাইয়া লওয়া উচিত; অর্থাৎ হাঁড়ির খোলা ভাঙ্গিয়া তাহাতে অল্প-তৈল কিম্বা ঘৃত দিয়া মৃদু জ্বালে

চড়াইতে হইবে। যখন তৈল বা ঘৃতের ফেনা অর্থাৎ গাঁজা মরিয়া আসিবে, তখন তাহাতে অল্প পরিমাণে জল ঢালিয়া দিবে এবং উহা ফুটিয়া আসিলে জ্বাল হইতে নামাইয়া জল ফেলাইয়া দিলেই হাঁড়ি পাকাইয়া লওয়া হইল।

পাক-পাত্র পরিষ্কৃত হওয়া আবশ্যক তাহা যেন প্রত্যেক পাচক পাচিকার মনে থাকে।

উনান ও জ্বাল।

জ্বালের দোষে অনেক সময় পাক-কার্য্যের ব্যাঘাত জন্মিয়া থাকে। পোলাও প্রভৃতির রন্ধন পক্ষে মৃদু জ্বালই প্রশস্ত। অনেক সময় আবার উনানের দোষে পাক-পাত্রে উত্তমরূপ আঁচ লাগে না। অতএব উনান এরূপ নিয়মে প্রস্তুত করা আবশ্যক যেন পাক-পাত্রের চতুর্দ্দিকে সমানরূপ উত্তাপ লাগিতে পায়।

পলান্ন প্রভৃতি রন্ধনে প্রথমে যেরূপ তীব্র জ্বাল লাগিয়া থাকে, অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে সেরূপ আঁচের প্রয়োজন হয় না।

পলান্নের অন্নগুলি এক ফুট শক্ত থাকিতে থাকিতে উনান হইতে নামাইয়া "দমে" বসাইতে হয়। অর্থাৎ জ্বলন্ত অঙ্গার পাক-পাত্রের নিম্নে ও উপরিস্থিত ঢাকনিতে দিয়া রাখিতে হয়।

আপ্যূষ বা আকনি।

পরিমিত জল মাংস ও মসলাদি দ্বারা সিদ্ধ করিলে সেই জলকে আপ্যূষ বা আকনি কহিয়া থাকে। আকনির দোষ গুণে পোলাওয়ের আস্বাদন ভাল মন্দ হয়।

জীরা, মরিচ, লঙ্কা, গোটাধনে, মৌরি, ছোট ও বড় এলাচ, লবঙ্গ, দারুচিনি, সা-জীরা, সা-মরিচ এবং বুটের দাইল প্রভৃতি মসলা সমূহ এবং মাংস জলে সুসিদ্ধ করিতে হয়। কিন্তু নিরামিষ পলান্নে মাংস ব্যবহার হয় না। উল্লিখিত মসলাদি একখানি পরিষ্কার কাপড়ে ঢিলাভাবে বাঁধিয়া জলসহ সিদ্ধ করিতে হয়। সিদ্ধ করিবার সময় পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক; নতুবা মসলার গন্ধ নির্গত হইয়া যায়। অধিকক্ষণ জ্বালের পর যখন দেখা যাইবে জলের ঘোরাল লালচে বর্ণ হইয়া সৌগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন উনান হইতে পাক-পাত্র নামাইয়া পাত্রস্থ পুঁটুলিটী তুলিয়া ফেলিলে আঁকনির জল প্রস্তুত হইল। এই জলে পোলাও, খিচুড়ি এবং কালিয়া পাক করিলে অতি উপাদেয় আস্বাদন হইয়া থাকে।

চাউল।

সকল প্রকার চাউলে পলান্ন পাক হয় না। যে সকল চাউল পুরাতন, লম্বা দানা বিশিষ্ট, টেঁকসই এবং ঘৃত টানিতে পারে পলান্ন পাকের পক্ষে সেই সকল চাউলই উত্তম।

অনেক সময় চাউলের দোষে পলান্ন নষ্ট হইয়া থাকে। নূতন কিম্বা ভাঙ্গা চাউলে পোলাও রন্ধন করিলে তাহা কাদা কাদা হইয়া থাকে এবং আঁকিয়া যাওয়ার গুরুতর সম্ভব। পলান্ন সুসিদ্ধ অথচ ঝরঝরে অর্থাৎ কাহারও গায়ে কেহ লাগিবে না, এইরূপ পলান্নই উত্তম সুখাদ্য।*

পলান্নের পক্ষে পেশোয়ারি চাউলই উত্তম। তদভাবে অন্যান্য প্রকার আতপ চাউলেও হইতে পারে। যদিও সিদ্ধ চাউলে পলান্ন পাক করা যায় বটে, কিন্তু তাহা আতপ চাউলের ন্যায় ঘৃত টানিতে পারে না।

পোলাওয়ের চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া লওয়া আবশ্যক। হাতবাছাই করিতে পারিলে আরও ভাল হয়।

দুই প্রকার নিয়মে পলান্নের চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে; অর্থাৎ এক প্রকার উহা না ধুইয়া ঘৃতে অল্প ভাজিয়া লইতে হয়। দ্বিতীয় প্রকার প্রথমে চাউলগুলি উত্তমরূপ ধৌত করিয়া তাহা বাতাসে শুষ্ক করিতে হয়। পরে সেই শুষ্ক চাউলে ঘৃত ও আদাবাটা মাখাইয়া তদ্দারা পোলাও রন্ধন করিতে হয়। এই ধৌত চাউলে পোলাও রাঁধিলে অধিক ঘৃত টানিতে পারে না। কখন কখন আবার পূর্ব্বোক্ত দুইটী নিয়ম পরিত্যাগ করিয়া অন্য উপায়েও পলান্ন পাক হইয়া থাকে। অন্ন পাকের নিয়মে উহা অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া সেই অর্দ্ধ সিদ্ধ চাউলেও আবার পোলাও পাক হইয়া

থাকে। মুসলমানদিগের মধ্যে এইরূপ পাক প্রথা সমধিক প্রচলিত। এই প্রকার রন্ধনে অধিক ঘৃত লাগে না।

ঘৃত ও মাখন।

রন্ধন দ্রব্য সুস্বাদু করিতে হইলে ঘৃত যে, তাহার একটী প্রধান উপকরণ তাহা কাহাকেও বলিয়া দিতে হয় না। ঘৃতের ভালমন্দ গুণাগুণের উপর খাদ্য দ্রব্যেরও উৎকর্ষতা ও অপকর্ষতা নির্ভর করে। এস্থলে ইহাও জানা আবশ্যক যে, মন্দ ঘৃতে রন্ধন করিলে কেবলমাত্র যে, খাদ্য দ্রব্য বিস্বাদ হইয়া থাকে, এরূপ নহে, সেই খাদ্যে স্বাস্থ্যেরও বিশেষ অপকার করিয়া তুলে। খাদ্য দ্রব্য যে, শারীরিক স্বাস্থ্য রক্ষার একপ্রকার ভিত্তি স্বরূপ তাহা মনে রাখিয়া উহা প্রস্তুত ও ব্যবহার করা উচিত।

খাদ্যে দুই প্রকার ঘৃত ব্যবহার হইয়া থাকে, অর্থাৎ গাওয়া ও ভইসা; তন্মধ্যে গাওয়া অর্থাৎ গব্য ঘৃতই অতি উপাদেয়। হিন্দু-শাস্ত্রে গব্য ঘৃত অতি পবিত্র এজন্য উহা দৈব-কার্য্যে ব্যবহৃত হইয়া থাকে।

ভিন্ন ভিন্ন ঘৃতের আস্বাদন ও গুণের বিস্তর প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। অনেকের মনে একটী ভুল বিশ্বাস দেখিতে পাওয়া যায়, খাদ্য দ্রব্য অধিক পরিমাণে ঘৃত দিয়া রন্ধন করিলেই বুঝি তাহা অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, এরূপ বিশ্বাস

যে সম্পূর্ণ ভুল, তাহাতে আর কোন সন্দেহ নাই। ঘৃত ও মসলা ভিন্ন যদিও খাদ্য দ্রব্য সুস্বাদু হইতে পারে না। কিন্তু পাচকের দক্ষতা এবং ঘৃতাদিরও পরিমাণ ঠিক না থাকিলে কখনই তাহা ভাল হয় না। সকল প্রকার খাদ্য দ্রব্য পাক করিতে হইলে ঘৃতের পরিমাণ একরূপ হইলে চলে না।

খাদ্য দ্রব্যের ভিন্ন ভিন্ন বর্ণ করিবার জন্য অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, ঘৃতে নানা প্রকার রং ফলান হইয়া থাকে। কোন্ প্রকার বর্ণ করিতে হইলে কি প্রকার উপায় অবলম্বন করা আবশ্যক, তাহা এস্থলে লিখিত হইল।

এক সের পরিমিত ঘৃত আগে বসাইয়া দাগ করিয়া লইলে,* পরে তাহাতে আট আনা জাফরাণ দিয়া মৃদু তাপে নাড়িতে থাকিবে। ঘৃতের উত্তম বর্ণ হইলে বিলম্ব না করিয়া নামাইয়া শীতল না হওয়া পর্য্যন্ত অনবরত একটী কাটী বা খুন্তি দ্বারা নাড়িতে হইবে।

হরিৎ বর্ণ।—ঘৃতে হরিৎ বর্ণ করিতে হইলে আধ পোয়া পালংশাক বাটিয়া তদ্দ্বারা বড়া প্রস্তুত করিতে হইবে। এখন এক সের পরিমিত ঘৃত আগে চড়াইয়া দাগ করিয়া তাহাতে

* ঘৃত দাগ করিবার নানা প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ঘৃত আগে চড়াইয়া তাহাতে লেবুপাতা কিম্বা পান দিয়া জ্বাল দিয়া লইলেও ঘৃতের দাগ করা হয়। ঘৃত আগে রাখিয়া তাহাতে দধি ঢালিয়া দিয়া ফুটাইয়া লাগ হইয়া থাকে।

ঐ বড়াগুলি ঢালিয়া দিয়া মৃদু তাপ দিতে থাক, দেখিবে ঘৃতের হরিৎবর্ণ রং হইয়াছে। অনন্তর তাহা নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইলেই হইল।

লোহিত বর্ণ।—এক পোয়া পরিমাণে বনুকা নটে শাক বাটিয়া এক সের পরিমিত ঘৃতে ক্ষেপণ করিয়া উপরোক্ত উপায়ে প্রস্তুত করিলে ঘৃতের বর্ণ লাল হইবে।

বাদামী বর্ণ।—আট আনা জাফরাণ, এক তোলা নারিকেল এক সঙ্গে উত্তমরূপ বাটিয়া তাহাতে একটী লেবুর (পাতি কিম্বা কাগজি) রস মিশাইয়া বড়া প্রস্তুত করিবে। এদিকে ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঐ বড়া নিক্ষেপ করিয়া মৃদু তাপ দিতে থাকিবে, দেখিবে ঘৃতের উত্তম বাদামী বর্ণ হইয়াছে।

অনেক সময় দেখিতে পাওয়া যায়, ব্যবসায়ীগণ ক্রেতাদিগকে প্রতারিত করিবার জন্য পুরাতন কিম্বা মন্দ ঘৃত দাগ করিয়া এবং রং ফলাইয়া বিক্রয় করিয়া থাকে। এজন্য ঘৃত খরিদ করিবার সময় কেবলমাত্র ঘৃতের রং এবং গন্ধ পরীক্ষা না করিয়া উহার আস্বাদন লওয়া উচিত। সচরাচর তিন প্রকার পরীক্ষায় ঘৃত নির্ব্বাচিত হইয়া থাকে প্রথম রং, দ্বিতীয় গন্ধ, তৃতী আস্বাদন।

অন্যান্য পরীক্ষা অপেক্ষা সম্মুখে মাখন জ্বালাইয়া লইতে পারিলেই আর কোন সন্দেহ থাকে না। মাখন জ্বালাইবার সময় নরম পাক থাকিলে, যে ঘৃত প্রস্তুত হয়, সেই ঘৃত অধিক দিন রাখিলে তাহাতে দুর্গন্ধ হইয়া থাকে। একটু কড়া পাকের

ঘৃত অধিক দিন রাখিলেও কোন হানি হয় না। ঘৃত অধিক কড়াও আবার ভাল নহে।

অন্নে আহার করিতে হইলে টাট্‌কা ঘৃতই ভাল। ঘৃত খারাপ হইলে রন্ধনে ব্যবহার করিবার পূর্ব্বে দাগ করিয়া লওয়া ভাল।

মাখন ও দুগ্ধের সর জ্বালাইয়া ঘৃত প্রস্তুত হইয়া থাকে। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, দুগ্ধের সরে যে ঘৃত প্রস্তুত হয়, তাহাতে যেমন সুগন্ধ সঞ্চার হইয়া থাকে, অন্য ঘৃতে সেরূপ হয় না।

মাংসাদি খাদ্য দ্রব্যে অধিক পরিমাণে ঘৃত ব্যবহার করিলে উহা গুরু-পাক হইয়া থাকে। গুরু-পাক খাদ্য সকলের সহ্য হয় না। বিশেষতঃ যাহাদিগের উদরের পীড়া আছে, তাহা-দিগের পক্ষে গুরু-পাক দ্রব্য বিষবৎ পরিত্যাগ করা উচিত।

ঘৃত দ্বারা রন্ধন করিলে সেই খাদ্য যে অতি উপাদেয় হইয়া থাকে, তাহা বলা বাহুল্য। বোধ হয় এই জন্যই পণ্ডিতেরা ঘৃত-হীন ভোজন ভোজনের মধ্যেই গণ্য করেন নাই। প্রকৃতি-ভেদে এবং ঋতুভেদে ঘৃত ব্যবহারের ব্যবস্থা করা উচিত।

দুগ্ধ বা দধি মন্থন করিয়া যে ঘৃতের ভাগ পাওয়া যায় তাহা-কেই নবনীত বা মাখন বলে। মাখন তুলিয়া উত্তমরূপে ধুইয়া ও ফেটাইয়া লওয়া কর্ত্তব্য। তাহা হইলে উহা টাট্‌কা থাকে এবং বিস্বাদ হয় না। মাখন টাট্‌কা রাখিবার জন্য উহাতে লবণও মিশান হইয়া থাকে। বাতাস না লাগে, এরূপ করিয়া কোন

পাত্র মধ্যে রাখিয়া দিলেও মাখন টাট্‌কা থাকে; উপরে প্রত্যহ পরিষ্কার জল ঢালিয়া রাখিলেও মাখন্ টাট্‌কা থাকিবে।

বাসি, বিস্বাদ, দুর্গন্ধ বা উত্তপ্ত মাখম অজীর্ণ ও অন্যান্য রোগে অখাদ্য; খাইলে আমাশয় উৎপাদন করিবে। মাখম বিশুদ্ধ কিনা দৃষ্টি, আস্বাদ ও গন্ধ দ্বারা তাহা অনায়াসেই জানিতে পারা যায়। বিশুদ্ধ মাখনের বর্ণ উজ্জ্বল পীত। মাখনে একখানি পরিষ্কার ছুরি শীঘ্র চালাইলে যদি ডোবার মত দেখা যায়, তাহা হইলে জানিবে যে, তাহাতে অন্য দ্রব্য মিশান হইয়াছে। বিশুদ্ধ মাখন জিহ্বায় দিলে সহজেই গলিয়া যাইবে এবং বেশ মোলায়ম বোধ হইবে। মাখনের সুগন্ধ অধিক দিন থাকে। সুতরাং মাখন ভাল কি মন্দ গন্ধ দ্বারা তাহা তত্দূর ঠিক করিয়া জানা যায় না।

মাংস, মৎস্য ও ডিম্ব।

মাংস আহার করিয়া শারিরীরিক পুষ্টি-সাধন করা যায়, কারণ পশুর দেহের পুষ্টি-কর ভাগ প্রায় মানব দেহের পুষ্টি-কর ভাগের সমান। উদ্ভিদ্ অপেক্ষা মাংস সহজে জীর্ণ হয়।

পশু শাবকের মাংস বৃদ্ধ পশুর মাংস অপেক্ষা কোমল; কিন্তু যুবক পশুর মাংস অপেক্ষা সহজে জীর্ণ হয় না, যুব পশুর মাংসই অধিক পুষ্টি-কর এবং পশু শাবকের মাংস অপেক্ষাও অধিক সুস্বাদু ও সুগন্ধি। বৃদ্ধ পশুর মাংস পুষ্টি-কর বটে; কিন্তু প্রায়ই

অত্যন্ত শক্ত, ও পশুশাবক বা যে সকল পশুকে বারম্বার আহার করান যায়, তাহাদিগের মাংসে অধিক জল ও চর্বি হইয়া থাকে: কিন্তু অধিক বয়স্ক পশু এবং যে সকল পশুকে রীতিমত আহার দেওয়া যায়, তাহাদিগের মাংসে ততদূর জল ও চর্বি থাকে না; এবং এই মাংস অধিক আটাল ও সুস্বাদু হয়। কচি মাংস অধিক নরম হইতে পারে; কিন্তু পাকা মাংসের মত পুষ্টি-কর নহে। এই জন্যই যুব পশুর মাংসই আহারের বিশেষ উপযোগী; কারণ ইহা সুগন্ধি ও সুস্বাদু এবং সহজে জীর্ণ হইয়া থাকে। পুং পশুর মাংস অপেক্ষা স্ত্রীপশুর মাংস অধিক কোমল; ইহার দানাও অধিক সূক্ষ্ম; সচরাচর ছাগ মেষাদি পশুদিগকে খাসী করিলে বড় হৃষ্ট পুষ্ট হইয়া থাকে; ইহার মাংস অধিক কোমল এবং পুং বা স্ত্রীপশুর মাংস অপেক্ষা আহারের বিশেষ উপযোগী।

যখন পশুদিগের পাল লইবরি সময় উপস্থিত হয়, তখন তাহাদিগের মাংস আহারের উপযোগী নহে। যে পশু গৃহ পালিত ও রীতিমত আহার প্রাপ্ত, তাহার অপেক্ষা বন্য পশুর মাংসে অল্প চর্বি থাকে, কিন্তু ইহা তাদৃশ সুগন্ধি ও সুস্বাদু নহে। বস্তুতঃ আহারের গুণে মাংসের গুণেরও তারতম্য হইয়া থাকে।

বলিদান বা জবাই করা পশুর-মাংস কম পুষ্টি-কর বটে কিন্তু অধিক সুগন্ধি ও সুস্বাদু।

পীড়িত বা উগ্র ঔষধাদিতে ভুষান মাংস মারাত্মক।

উত্তম মাংস পরীক্ষা ;—(১) ইহার বর্ণ ফেকাসি লাল বা ঘোর বেগুণিয়া হইবে না। মাংস ফেকাসিয়া লালবর্ণের হইলেই জানিবে যে, পশুর কোন না কোন রোগ ছিল। আর বেগুণিয়া হইলেই জানিবে যে, সে পশুকে বলিদান বা জবাই করা হয় নাই; অথবা উহা অত্যন্ত জ্বর রোগে* মারা পড়িয়াছে।

(২) উত্তম মাংসের উপরিভাগ দেখিতে শ্বেত বর্ণের হইবে।

(৩) উত্তম মাংস শক্ত এবং হাত দিলেই রবরের ন্যায় বোধ হইবে; আঙুলে জল লাগিবে না।

(৪) উত্তম মাংসে স্বাভাবিক এক প্রকার রুচি-কর গন্ধ থাকে।

(৫) দুই এক দিন রাখিয়া দিলে উত্তম মাংস আর্দ্র হইবে না; এবং উহা হইতে জলও সরিবে না। এবং উহার উপরিভাগ শুষ্ক হইয়া আসিবে।

(৬) রন্ধন করিলে উত্তম মাংস অধিক কমিবে না এবং চিমসিয়াও যাইবে না।

লোনা মাংস অনেক কারণে আহারের উপযোগী নহে।

মাংসের মধ্যে ছাগ ও মেষ মাংস অধিক প্রচলিত। মেষ মাংসের সূপ, ক্ষীণ দেহীর পক্ষে বিশেষ উপকারী। তবে মেষ মাংসে চর্ব্বি অধিক, এই জন্য অগ্রে উহার চর্ব্বি উঠাইয়া ফেলিয়া দেওয়া কর্ত্তব্য। রোগী ক্রমশঃ আরোগ্য লাভ করিতে থাকিলে মেষমাংসের বড়া তাঁহার পক্ষে বিশেষ উপযোগী। মেষ শাবকের মাংসের আঁটা কম, তেজ কম, পুষ্টি-কর শক্তিও কম, কিন্তু

শীঘ্র জীর্ণ হইয়া থাকে। পশু হত্যার ভিন্ন ভিন্ন প্রকার অনুসারে মাংসের গুণেরও তারতম্য হইয়া থাকে।

হরিণমাংস সুগন্ধি। ইহা সহজেই জীর্ণ হয়; সুতরাং উদরাময়গ্রস্ত ব্যক্তির পক্ষে বিশেষ উপযোগী; রোগী যখন আরোগ্য লাভ করিতে থাকে, তখন তাহার পক্ষেও এই মাংস উপকারক। কিন্তু বাসী হরিণমাংস বা যে হরিণ হত্যা করিবার অনেকক্ষণ পরে যে মাংস রন্ধন করা হয়, তাহাতে আমাশয় রোগ উৎপাদন করে।

মেষ ও ছাগ শাবকের মেটিয়া ভাজা অতি সুখাদ্য ও সুগন্ধি। কিন্তু যাঁহার পাক শক্তি অল্প, তাঁহার পক্ষে উপযোগী নহে। জিব, ফুস্‌ফুস্ ও কলিজা পুষ্টি-কর বটে, কিন্তু রোগীর পক্ষে অনুপযোগী।

নানা প্রকার পক্ষীর মাংসও মনুষ্যের আহারোপযোগী; বিশেষতঃ রোগীর পক্ষে পক্ষীমাংস বিশেষ উপকারী। পক্ষীর সকল অঙ্গ নির্বিঘ্নে আহার করা যায়। গৃহপালিত কুক্কুট মাংস মৃদু সুগন্ধি ও কোমল, মৃদুবীর্য্য এবং অতি সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। সুতরাং যাঁহাদিগের পাক-শক্তি অল্প, তাঁহাদিগের পক্ষে ইহা বিশেষ উপযোগী।

বন্য কুক্কুটের মাংস শক্ত ও উগ্রগন্ধী। পীড়িত ও অজীর্ণ রোগীর পক্ষে ইহা উপযোগী নহে।

হংস মাংস শক্ত, গুরু-পাক এবং তীব্রগন্ধী। ইহা রোগীর

বন্য-পক্ষী-মাংস গৃহ-পালিত পক্ষীর মাংস অপেক্ষা সুগন্ধি, সুস্বাদু, বল-কারক ও কোমল। ইহা সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। অতএব যাহাদিগের পাক-শক্তি অল্প, তাহাদিগের পক্ষে ইহা বিশেষ উপযোগী।

পায়রা ও ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র পক্ষীর মাংস স্বভাবতঃ কোমল ও সুস্বাদু। যাঁহারা আরোগ্য লাভ করিতেছেন, তাঁহারা এই মাংস নির্ব্বিঘ্নে আহার করিতে পারেন।

টাট্‌কা মৎস্য অতি সুখাদ্য। অনেকে বলিয়া থাকেন যে, মৎস্য পুষ্টি-কর নহে; কিন্তু সে তাঁহাদিগের ভ্রম। মৎস্য আহারে মাংসাহারের মত ক্ষুধা নিবৃত্তি করিতে পারে না এবং মৎস্য অল্পক্ষণের মধ্যে জীর্ণ হইয়া যায়, এই জন্যই বোধ হয়, ঐরূপ ভ্রম হইয়া থাকে। বস্তুতঃ মৎস্য বিলক্ষণ পুষ্টি-কর। অনেক বিজ্ঞ চিকিৎসক বলিয়াছেন যে, মৎস্য, বিশেষ বল-কারক ও স্বাস্থ্য-কর। ইহাতে সন্তান উৎপাদন শক্তি বিলক্ষণ বৃদ্ধি করিয়া থাকে। বিশেষতঃ ক্ষুদ্র জাতী শ্বেতবর্ণের (ইলিস প্রভৃতি ২।৪টী ভিন্ন) মৎস্য, মাংসের মত উষ্ণ নহে। ইহাতে তাদৃশ চর্ব্বিও নাই এবং উহা সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। সুতরাং সর্ব্ব প্রকার রোগীর পক্ষে মৎস্যই উপযোগী। যাহাদিগের মস্তিষ্ক ও শিরা সকল ক্ষীণ হইয়াছে, তাঁহাদিগের পক্ষে মৎস্য বিশেষ উপকারক।

ডিম্ব ছাড়িবার পূর্ব্বেই মৎস্যের গুণ অধিক হইয়া থাকে। ক্ষুদ্র মৎস্য সকল অবস্থায় আহার করা যাইতে পারে। সমুদ্রকূল

বা খাড়ীর মৎস্য অপেক্ষা গভীর সমুদ্রের মৎস্য উৎকৃষ্ট। মিঠা জলের মৎস্যের মধ্যে ডোবা বা পঙ্কিল পুষ্করিণী কি বিলের মৎস্য অপেক্ষা গভীর স্বচ্ছ জলাশয়ের মৎস্যও উৎকৃষ্ট। যে জলাশয়ের তলায় বালী বা কাঁকর থাকে, সেই জলাশয়ের মৎস্যই উত্তম।

যে মৎস্য শক্ত অর্থাৎ টিপিলে নত হয় না, সেই মৎস্যই টাট্‌কা। মাংসের ঝোলের যে গুণ, মৎস্যের ঝোলেরও প্রায় সেই সকল গুণ আছে।

ঝিণুক ব্যতীত যে সকল মৎস্য বা জলজন্তুর খোলা আছে, সে সকল অন্যান্য মৎস্যের ন্যায় সহজে জীর্ণ হয় না; যাহাদিগের পাক-শক্তি অল্প তাঁহাদিগের আহার্য্য নহে।

গল্‌দাচিঙ্‌ড়ী ও কাঁকড়া যেমন পুষ্টি-কর ও তেমনি রসনা তৃপ্ত-কর বটে; কিন্তু যাহাদিগের পাক-শক্তি ক্ষীণ, তাহাদিগের পক্ষে উপযোগী নহে। সুতরাং পীড়িত ব্যক্তি গল্‌দাচিংড়ী ও কাঁকড়া আহার করিবেন না। অধিক কি, অনেক সুস্থ ব্যক্তিও ছির্কা প্রভৃতি জারকে ভিজান গল্‌দাচিংড়ী বা কাঁকড়া খাইয়া হজম করিতে পারেন না।

ছোট চিঙ্‌ড়ী এবং গুগ্‌লি প্রভৃতি গল্‌দা ও কাঁকড়া অপেক্ষা সহজে জীর্ণ হইয়া যায়; কিন্তু রোগীর আহার্য্য নহে।

কচ্ছপের সূপ অতি সুখাদ্য ও সুস্বাদু। সময়ে সময়ে অল্প পরিমাণে আহার করিলে ইহাতে রোগীর বল বৃদ্ধি করে।

ঝিনুক বল-কারক। যাহাদিগের পাক-শক্তি ক্ষীণ, তাহারাও

সহজে ঝিনুক হজম করিতে পারে। বৈশাখ হইতে আশ্বিন পর্য্যন্ত ঝিনুকের গুণ অধিক দেখা যায়।

অজীর্ণ, কাস ও আমাশয় রোগে ঝিনুক ও ছোট ছোট গুগ্‌লী বিশেষ উপকারক। পোয়াতী স্ত্রীলোক বা ধাই যদি ঝিনুক আহার করেন, তাহা হইলে তাঁহাদিগের নিজের শরীর সবল হয় এবং স্তন দুগ্ধেরও গুণ বৃদ্ধি হয়।

ক্ষুদ্রজাতীয় শশক মাংস কতকটা গৃহপালিত পক্ষীমাংসের মত। উহা পুষ্টি-কারক এবং সহজেই জীর্ণ হইয়া থাকে। বৃদ্ধ শশকের মাংস সহজে জীর্ণ হয় না; সুতরাং উহা রোগীর আহার্য্য নহে।

ডিম্বও মনুষ্যের খাদ্য। যদি খোলা সমেত খাওয়া যাইত, তাহা হইলে, দেহ-বৃদ্ধি ও রক্ষার জন্য যাহা কিছু আবশ্যক, ডিম্বে সমুদায়ই পাওয়া যাইত। কাঁচা বা অর্দ্ধ সিদ্ধ অবস্থায় খাইলে ডিম্বের শ্বেত ভাগ, আর পূরা সিদ্ধ অবস্থায় খাইলে পীতভাগ সহজে জীর্ণ হয়। ফলতঃ কাঁচা বা অর্দ্ধ সিদ্ধ ডিম্বই সহজে হজম হইয়া থাকে। একটা টাট্‌কা ডিম্ব এক বা দেড় পোয়া দুগ্ধে ঢালিয়া উত্তমরূপে ফেটাইয়া লইলে, উৎকৃষ্ট পুষ্টি-কর আহার প্রস্তুত হয়। রোগীর পক্ষেও এই খাদ্য বিলক্ষণ উপকারী। ইহাতে একটু চিনি ও গন্ধ দ্রব্য মিলিয়া লইলে, আস্বাদ আরও বৃদ্ধি হয়। কিন্তু মদ্য মিশ্রিত করা উচিত নহে।

পুরাতন ডিম্বের গুণের অন্যথা হইয়া থাকে। ডিম্ব টাট্‌কা কি পুরাতন পরীক্ষা করিতে হইলে, এক তোলা আন্দাজ

লবণ এক পোয়া আন্দাজ জলে মিশাইয়া ডিম্বটী উহাতে ফেলিয়া দিবে। ডিম্ব টাট্‌কা হইলে ডুবিয়া যাইবে আর খারাপ হইলে ভাসিতে থাকিবে। আলোকে ধরিয়াও ডিম্ব টাটকা কি বাসী পরীক্ষা করা যাইতে পারে। টাটকা হইলে উহার ভিতর বেশ পরিস্কার আর বাসী হইলে ঘোলা দেখাইবে।

আরও এক পরীক্ষা টাটকা ডিমের মধ্য ভাগ পরিস্কার; কিন্তু বাসী ডিমের উপরিভাগ পরিস্কার। ডিম টাটকা রাখিবার অনেক উপায় করা হয়, কিন্তু ফল তেমন হয় না। কেহ কেহ গরম জলে একবার ডুবাইয়া রাখিয়া দেয়, কেহ কেহ চূণের জলে ডুবাইয়া রাখে, কেহ কেহ তুষ বা লবণের মধ্যে রাখিয়া দেয়; কেহ কেহ উপরে মোমের লেপ দেয়; কেহ কেহ তৈলাদিতে ভিজাইয়া রাখে।

মুরগীর ডিম অপেক্ষা হাঁসের ডিম বড়। হাঁসের ডিমের গন্ধও কিছু অধিক কড়া। আর মুরগীর ডিম অপেক্ষা হাঁসের ডিমে সিকিভাগ সার ও তৈল অধিক আছে।

পাক পরিভাষা।

গোলমরিচ জলে ভিজাইয়া অথবা সিদ্ধ করিয়া হস্ত দ্বারা দলিলে পরিস্কার হইয়া থাকে। তাহাকেই মরিচ কহে।

আস্ত ধনিয়া দুই প্রহর জলে ভিজাইয়া পরে জল ছাঁকিয়া তপ্ত বালিতে ভাজিয়া হস্ত দ্বারা দলন করতঃ পরিস্কার করিলে তাহাকে ধনিয়া কহে।

রন্ধন বিশেষে ধনে জলে না ভিজাইয়া কড়া অথবা হাতায় গরম করিয়া লওয়া হইয়া থাকে।

এলাচ বলিলে ছোট বা গুজরাটি এলাচ বুঝিতে হইবে।

গন্ধ দ্রব্য বা গন্ধ মসলা শব্দে সমপরিমাণ এলাচ দারুচিনি মিশ্র বুঝিতে হইবে।

সিকিভাগ লঙ্কা পূর্ব্বোক্ত মরিচের সহিত মিশ্রিত করিলে এই মিশ্র পদার্থকেও মরিচ বুঝিতে হইবে।

হিঙ্ এক তোলা, আদা দুই তোলা, মরিচ চারি তোলা, জীরা আট তোলা, হরিদ্রা ষোল তোলা, ধনে বত্রিশ তোলা, এই দ্রব্য সমূহ যথাক্রমে দ্বিগুণ করিয়া মিশাইলে তাহাকে বেশবার কহে।

পেষিত বেশবার পরিমিত জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইলে যে জল হয় তাহাকে কাশমর্দ্দ কহে।

তৈল কিম্বা ঘৃতে বেশবার ভাজিয়া লইলে সেই তৈল বা ঘৃতকে করাল কহে।

এক আনা এলাচ, দুই আনা লবঙ্গ, দুই আনা দারুচিনি, আধ রতি কর্পূর, এক রোয়া কস্তুরী এবং সাড়ে চারি আনা মরিচ লিখিত দ্রব্যগুলির চূর্ণ একত্রিত করিলে তাহাকে উদ্ধূলন কহে।

পাকের সময় কোন মসলাদির বিশেষরূপ উল্লেখ না করিয়া কেবলমাত্র নাম বলিলে উহা বাটা বা চূর্ণ বুঝিতে হইবে।

শিখা রহিত রন্ধনোপযুক্ত অগ্নিকে অঙ্গার বলা যায়।

অনন্ত নয় এরূপ বহুল অগ্নিবিশিষ্ট উনানের উপরি পাক-পাত্রাদি স্থাপন করিলে তাহাও তপ্তাঙ্গার নামে অভিহিত হইতে পারে।

পনর ষোল অঙ্গুলি উচ্চ এবং দুই বা আড়াই হাত বেড় ঘুঁটের সজ্জিত স্তূপে আগুণ জ্বালিলে তাহাকে ঘুঁটের পোর কহে।

একটি হাঁড়িতে অর্দ্ধ হাঁড়ি জল পুরিয়া, পরে এক খণ্ড এক পুরু বস্ত্র দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া ঐ কাপড়ের প্রান্ত-ভাগ হাঁড়ির কাঁধের চারিদিকে যদি এরূপ করিয়া বাঁধা যায় যে, কাপড়ের মধ্য স্থানে একটি খোলা হইয়া হাঁড়ির মধ্যে ঝুলিয়া জল হইতে ছয় সাত অঙ্গুলি উচ্চে থাকে, তবে তাহাকে বাষ্পযন্ত্র কহা যায়।

কোন দ্রব্য বাষ্পযন্ত্রে পাক করিতে হইলে তাহা ঐ যন্ত্রের খোলেতে স্থাপন করিয়া সরা চাপা দিয়া হাঁড়ির নীচে উত্তাপ দিতে হয়।

পাক-পাত্রে অল্প জল দিয়া তাহার উপরে ঘাস বিছাইয়া দ্রব্য স্থাপনের উপযুক্ত করিলে ঐ পাক-পাত্রের নাম জলযন্ত্র।

কোন দ্রব্য ঐ ঘাসের উপর রাখিয়া সরা চাপা দিয়া পরে নীচে তাপ দিতে থাকিলে তাহা জলযন্ত্রে পাক করা হইতেছে কহা যায়।

জলযন্ত্রের মধ্যস্থ বস্তু তাপে কঠিন হইলে তাহা পাক হইয়াছে জানা যায়।

বালুকা পূর্ণ হাঁড়ির নাম বালুকাযন্ত্র।

কোন বস্তু বালুকাযন্ত্রে পাক করিতে হইলে সেই বস্তুর চারিদিকে এক অঙ্গুল পুরু করিয়া মাটীর লেপ দিবে। পরে উহা হাঁড়ির বালির মধ্যে প্রবেশ করাইয়া ও উহার উপরে বালি চাপা দিয়া হাড়ির নীচে উত্তাপ দিবে। মাটীর প্রলেপ রক্তবর্ণ হইলে ঐ বস্তু নামাইয়া প্রলেপ তুলিয়া ফেলিবে। এইরূপ পাকের নাম বালুকাযন্ত্রে পাক।

অল্পক্ষণ পাকের পর মাংস হইতে অস্থি যদি অনায়াসে ছাড়িয়া যায়, তবে ঐ মাংস সিদ্ধ কহা যায়।

মাংসপেশী সকল অনায়াসে পরস্পর বিচ্ছিন্ন হইলে ঐ মাংস সুসিদ্ধ হইয়াছে জানিতে হইবে।

মৎস্যের সের প্রতি দুই আনা সোহাগা দিয়া মৎস্য খণ্ডগুলি মাখিয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখিবে। পরে জলে সিদ্ধ করিয়া বলক উঠিলে রাখাল শঁসার গুঁড়া দিয়া পাঁচ মিনিট পরে নামাইবে। এইরূপে সিদ্ধ হইলে মৎস্যের সহিত যে জলভাগ থাকিবে ঐ জলের নাম মৎস্যের আখ্‌নি।

যে জলে মাংস সিদ্ধ করা হয় সেই জলের নাম মাংসের আখ্‌নি।

মাংসের প্রতি এক সেরে ধনে বাটা আড়াই তোলা, লবণ এক তোলা ও হরিদ্রা বাটা দুই আনা দিয়া জলে সিদ্ধ করিলে পর যে জল অবশিষ্ট থাকে তাহার নামও মাংসের আখ্‌নি।

বিশেষ করিয়া না বলিলে তৈল শব্দে সরিষার তৈল বুঝিবে।

ঘুঁটের পোরে দুধ জ্বাল দিয়া সেই দুধে দই পাতিবে। চারি প্রহরের পর মাখন বাহির করিয়া অগ্নিতাপে ঘৃত প্রস্তুত করিবে। এই ঘৃত মঞ্জিষ্ঠার ন্যায় সুবর্ণ, সুগন্ধি ও সুখাদ্য।

চিনি ও লেবুর রসের পরিমাণ সমান লইবে। প্রকরণ বিশেষে যদি অন্নাধিক্যের প্রয়োজন হয় তবে সেইখানেই তাহা লিখিত হইবে।

এই গ্রন্থের প্রায় সর্ব্বত্রই প্রধান দ্রব্যের পরিমাণ এক সের গ্রহণ করিয়া তদনুসারে অন্যান্য দ্রব্য ও মসলার পরিমাণ লিখিত হইয়াছে। পাচকেরা ইচ্ছানুসারে এই হারে দ্রব্যাদির পরিমাণ বাড়াইতে ও কমাইতে পারেন। ভোক্তার আস্বাদন ও ইচ্ছানুসারে ঝাল ও লবণের কিঞ্চিৎ ইতর বিশেষ করা যায়। পলাণ্ডু ও লশুনাদিও ভোক্তার ইচ্ছানুসারে দেওয়া বা না দেওয়া যাইতে পারে।

কোন্ দ্রব্য পাকে কি পরিমাণ জল দিতে হয় তাহার একটী সঙ্কেত নিম্নে লিখিত হইল। প্রচলিত পরিমাণ পাক-পাত্রে প্রলেহ করিতে হইলে জলের পরিমাণ দুই সের হইতে পাঁচ সের পর্য্যন্ত ওজনের হইলে মৎস্য মাংসের উপর দুই অঙ্গুলি। কচ্ছপ মাংসের উপর তিন অঙ্গুলি। এক বৎসর পর্য্যন্ত বয়স্ক হইলে পক্ষিমাংসের উপর তিন অঙ্গুলি। এক বর্ষ বয়স্ক হইলে ছাগাদি মৎস্যের উপর চারি অঙ্গুলি।

রন্ধনে ব্যবহার্য্য মসলা সমূহের গুণ।

আমরা যে সকল দ্রব্য আহার করিয়া থাকি, তৎসমুদায়ের গুণাগুণ অবগত হওয়া অতীব আবশ্যক। কারণ খাদ্য দ্রব্যের সহিত আমাদের শারীরিক স্বাস্থ্যের অতি নিকটতর সম্বন্ধ। ভোক্তা যদি জানিতে পারেন এই দ্রব্য তাঁহার স্বাস্থ্যের সম্পূর্ণ বিরোধী, তবে তিনি অনায়াসেই তাহা ত্যাগ করিয়া আহারের ব্যবস্থা করিতে পারেন। ফলতঃ খাদ্য দ্রব্যের গুণাগুণ জ্ঞাত হওয়া প্রত্যেক ব্যক্তির পক্ষে সমান প্রয়োজন। এজন্য এই প্রবন্ধে রন্ধনোপযোগী মসলাদির গুণ লিখিত হইল।

ছোট এলাচ।—বৈদ্য-শাস্ত্রে ছোট এলাচের গুণ যথা,—রসে কটু, শীতল, লঘু, বাত-নাশক এবং কফ, শ্বাস, কাশ, অর্শ ও মূত্রকৃচ্ছ্র প্রভৃতি কতকগুলি রোগে উপকারক বলিয়া অভিহিত হইয়াছে।

এলোপ্যাথিক ও হোমিওপ্যাথিক মতে ছোটএলাচের গুণ আগ্নেয় ও বায়ু-নাশক।

বড় এলাচ।—ইহা রসে ও পাকে কটু, আগ্নেয়, লঘু, রুক্ষ, উষ্ণ, শ্লেষ্ম, পিত্ত-নাশক এবং দূষিত রক্ত, কণ্ডু, শ্বাস, তৃষ্ণা, হৃল্লাস, বিষ, বমি, কাস, শিরোরোগ, বস্তিরোগ ও মুখ-রোগনাশক।

দারুচিনি।—স্বাদু, তিক্ত, বায়-নাশক, পিত্তঘ্ন, সুরভি, শুক্রল এবং মুখশোষ ও তৃষ্ণা নিবারক।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক, বায়ু-নাশক ও ঈষৎ সঙ্কোচক; জর্ম্মাণ দেশীয় চিকিৎসকদিগের মতে ইহা জরায়ু সঙ্কোচক।

তেজপাত্র।—ইহার গুণ মধুর, ঈষৎ তীক্ষ্ণ, উষ্ণ, পিচ্ছিল, লঘু এবং কফ, বাত, অর্শ, হৃল্লাস, অরুচি ও পীনাস রোগের উপশমক।

কুঙ্কুম বা জাফরাণ—কটু, স্নিগ্ধ, বর্ণের প্রসাদ-কর, তিক্ত, ত্রিদোষঘ্ন এবং শিরঃপীড়া, ব্রণ, দেহস্থ কীট, বমি ও ব্যঙ্গ নামক রোগের শান্তি-কারক।

এলোপ্যাথিক মতে উত্তেজক এবং বায়ু-নাশক।

লবঙ্গ।—কটু, তিক্ত, লঘু, চক্ষের হিত-কর, শীতল, দীপন, পাচন রুচি-কর এবং কফ, পিত্ত ও দূষিত রক্তের শান্তি-কারক। লবঙ্গ সেবনে তৃষ্ণা, বমি, আধ্মান ও শূলরোগে প্রতিকারক এবং শ্বাস, কাস, হিক্কা ও ক্ষয়রোগের শান্তি হয়।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক।

জৈত্রী।—লঘু, স্বাদু, কটু, উষ্ণ, রুচি-কর, বর্ণের প্রসাদ-কর এবং কফ, কাস, বমি, শ্বাস, তৃষ্ণা, কৃমি ও বিষের শান্তি-কারক।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক, বায়ু-নাশক ও আক্ষেপ নিবারক এবং অধিক মাত্রায় মাদক।

গোলমরিচ।—কটু রস বিশিষ্ট, তীক্ষ্ণ, দীপন, কফঘ্ন

বাত-নাশক, উষ্ণ, পিত্তকারী, রুক্ষ এবং শ্বাস, শূল, ও কৃমি-নাশক। আর্দ্র মরিচ আহারে কটু হইলেও পাকে মধুর, গুরু, ঈষৎ তীক্ষ্ণ গুণবিশিষ্ট ও শ্লেষ্ম প্রসেকী।

এলোপ্যাথিক মতে অল্প মাত্রায় আগ্নেয়, বায়ু-নাশক ও উত্তেজক। ইহা দ্বারা ধমনী চঞ্চল হয় এবং চর্ম্মাদির ক্রিয়া বৃদ্ধি হয়। অধিক মাত্রায় পাকাশয় ও অন্ত্র মধ্যে প্রদাহ উপস্থিত করে।

লঙ্কা।—লঙ্কার গুণ রুক্ষত্ব, রুচ্যত্ব এবং পিত্তনাশিত্ব।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, সেবন করিলে ধমনীর স্পন্দন বৃদ্ধি করে এবং পাকাশয়ে উষ্ণতা জন্মায়। অধিক মাত্রায় পাকাশয়ে প্রদাহ উপস্থিত করে। বাহ্য প্রয়োগে চর্ম্মে উষ্ণতা সাধন করে। জননেন্দ্রিয়ের উপর ইহার উত্তেজন ক্রিয়া প্রকাশ পায়।

কৃষ্ণজীরা।—জীরা তিন প্রকার অর্থাৎ শুক্ল, কৃষ্ণ এবং কাল। এই ত্রিবিধ জীরার গুণ এক প্রকার। জীরা রুক্ষ, কটু, উষ্ণ, দীপন, লঘু, সংগ্রাহী, পিত্তবর্দ্ধক, মেধা ও দৃষ্টি প্রসাদ-কর, গর্ভাশয়ের শোধনকারী, পাচক, বৃষ্য, রুচি-কর, কফঘ্ন এবং জ্বর, বায়ুজনিত অধ্মান, গুল্ম, ছর্দ্দি ও অতিসার প্রভৃতি রোগের শান্তি-কারক।

মেথী।—বাত ও শ্লেষ্মার শান্তি-কারক এবং জ্বর-নাশক।

ধনে।—ধান্যক বা ধনে অত্যন্ত স্নিগ্ধ, অবৃষ্য, মূত্রল, লঘু,

তিক্ত, কটু বীর্য্য, দীপন, পাচন, রেচক, গ্রাহী, পাকে স্বাদু, ত্রিদোষঘ্ন এবং তৃষ্ণা, দাহ, বমি, শ্বাস, কাস অর্শ, আম, কৃমি ইত্যাদি রোগের শান্তি-কারক। আর্দ্র থনে পিত্ত-নাশক।

এলোপ্যাথিক মতে আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক।

হিঙ্।—উষ্ণ, পাচন, রুচি-কর, তীক্ষ্ণ, বাত ও শ্লেষ্মার শান্তি-কারক, পিত্ত-বর্দ্ধক। হিঙ্ সেবনে শূল, গুল্ম, উদর আনাহ ও কৃমি নিবারণ হইয়া থাকে।

এলোপ্যাথিক মতে স্নায়বীয় উত্তেজক, আক্ষেপ নিবারক, কফ নিঃসারক, কামোদ্দীপক ও কৃমি-নাশক। অল্প মাত্রায় সেবন করিলে পক্কাশয়ের উষ্ণতা বোধ হয় এবং ঘর্ম্ম, প্রস্রাব ও নিশ্বাসে ইহার দুর্গন্ধ নির্গত হইয়া থাকে। উহার কোন উগ্রতা নাই। অধিক মাত্রায় সেবন করিলে শিরঃপীড়া ও শিরোঘূর্ণন উপস্থিত করে।

রাঁধুনী।—রাম্না, অপাচক, তিক্ত, গুরু, উষ্ণ, কফঘ্ন, বায়ু-নাশক এবং শোষ, শ্বাস, বায়ু রোগ, অর্শ, বাত, শূল, কাস, জ্বর, রোগের শান্তি-কারক।

হরিদ্রা।—হরিদ্রা কেবলমাত্র যে, ব্যঞ্জনের বর্ণের জন্য ব্যবহৃত হইয়া থাকে এরূপ নহে। উহার গুণও বিস্তর। হরিদ্রা কটু রস, তিক্ত, রুক্ষ, উষ্ণ, কফঘ্ন পিত্ত-নাশক, বর্ণের প্রসাদ-কর এবং চর্ম্মরোগ, নেত্র অস্র, শোথ, পাণ্ডু ও ব্রণের শান্তি-কারক।

আদা।—আর্দ্রক বা আদা ব্যঞ্জনের আস্বাদ বৃদ্ধি করে। আর্দ্রক ভেদী, গুরু, তীক্ষ্ণ, উষ্ণ, দীপন, রুক্ষ, বাতঘ্ন ও কফ-নাশক; ভোজনের পূর্ব্বে লবণ-সংযুক্ত আর্দ্রক ভক্ষণে বিশেষ উপকার হয়। তদ্দ্বারা অগ্নি-সন্দীপিত হয়, আহারে রুচি জন্মে এবং জিহ্বা ও কণ্ঠ বিশোধিত হয়। কুষ্ঠ, পাণ্ডু, কৃচ্ছ্র, রক্ত-পিত্ত, জ্বর ও দাহ প্রভৃতি রোগে এবং গ্রীষ্ম ও শরৎকালে আর্দ্রক ভক্ষণ হিত-কর।

তিল।—কোন কোন ব্যঞ্জনে মসলার ন্যায় তিলও ব্যবহার হইয়া থাকে। কৃষ্ণ তিল, রক্ত তিল এবং শ্বেত তিল, তিলের মধ্যে এই কয়টি শ্রেণীভেদ আছে। কৃষ্ণ তিলের গুণ কটুত্ব, তিক্তত্ব, গুরুত্ব, কফত্ব, পিত্তকারিত্ব, হিমস্পর্শত্ব এবং স্তন্যত্ব অর্থাৎ ইহাতে স্তন দুগ্ধ বৃদ্ধি করিয়া থাকে। হিন্দুদিগের পিতৃশ্রাদ্ধ অর্থাৎ তর্পণাদিতে ইহা অতি প্রশস্ত।

সরিষা।—সকল প্রকার ব্যঞ্জনে ইহা ব্যবহার হয় না। বাটা সরিষা ব্যঞ্জনে এবং আস্ত সরিষা অম্বলাদির সম্বরণে লাগিয়া থাকে। সরিষা বাটা অধিক হইলে ব্যঞ্জন অতিক্ত হয়।

মৌরী।—আয়ুর্ব্বেদ মতে মৌরীর গুণ রোচকত্ব, শুক্র-কারিত্ব এবং দাহ ও রক্তপিত্ত-নাশকত্ব।

এলোপ্যাথিক মতে উহা আগ্নেয়, উত্তেজক ও বায়ু-নাশক; এবং উদরাধ্মান ও শূলাদি রোগের উপকারক। মৌরী দ্বারা কাশের উগ্রতা দমন হয়।

দ্বিতীয় পরিচ্ছেদ।

খেচরান্ন প্রকরণ।

খেচরান্ন বা খেচুড়ী অতি প্রাচীনকাল হইতেই হিন্দু সমাজে প্রচলিত আছে। কোন্ সময় হইতে এবং কাহার দ্বারা যে, এই উপাদেয় খাদ্য প্রস্তুত করিবার উপায় প্রকাশিত হইয়াছে তাহা জানিবার কোন উপায় নাই। খেচুড়ী নানাবিধ; ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে ঐ সকল খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয়। কেবল যে রন্ধনের ভিন্নতানুসারে খিচুড়ীর প্রকার ভেদ হইয়া থাকে এরূপ নহে; ভিন্ন ভিন্ন প্রকারের খিচুড়ীতে ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য ব্যবহারের সহিত রন্ধন প্রণালীরও বিস্তর প্রভেদ দেখা যায়।

খিচুড়ী যে নানাবিধ তাহা পূর্ব্বেই উল্লিখিত হইয়াছে। ভিন্ন ভিন্ন প্রকারের খিচুড়ীর পৃথক পৃথক আস্বাদন। মোটের উপর বলিতে গেলে খিচুড়ী অতি সুখাদ্য। খিচুড়ীর একটী বিশেষ সুবিধা এই যে, উহা সহজে প্রস্তুত করা যায় এবং অন্য কোন প্রকার ব্যঞ্জনের সাহায্য না হইলেও অনায়াসেই আহার করা যাইতে পারে। এই খাদ্য অতি গুরু-পাক ও পুষ্টি-কর। নানাবিধ মসলা, ঘৃত এবং চাউল সংযোগে খেচরান্ন গুরু-পাক হইয়া উঠে। বিশেষতঃ উহার মাড় গালিতে হয় না; সুতরাং উহাতে অধিক পরিমাণে বল-কারক পদার্থ বর্ত্তমান থাকে।

খেচরান্ন পাকে তণ্ডুল ও দাইল অর্দ্ধ সিদ্ধ হওয়ার পর হই-

তেই উহা পুড়িয়া বা আঁকিয়া যাইবার বিশেষ সম্ভাবনা থাকে, এজন্য সেই সময় হইতে মৃদু জ্বাল দিতে হয়।

গরম গরম খেচরান্ন আহার করিতে ভাল। শীতল হইলে উহা বিস্বাদ হইয়া থাকে। এজন্য দমে বসাইয়া রাখা আবশ্যক।

মোগলাই খেচরান্ন।

এই খিচুড়ী রাঁধিবার নিয়ম এই:—যে পরিমাণ দাইল লইবে তাহার সিকি চাউল দিবে অর্থাৎ যদি দাইল এক সের হয়, তবে চাউল এক পোয়া হইবে। আর যে পরিমাণে দাইল হইবে তাহার অর্দ্ধেক ঘৃত লাগিবে। যে সকল দ্রব্য লইয়া খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত করিতে হয়, তৎসমুদায় উত্তমরূপে পরিষ্কার করিয়া লওয়া আবশ্যক। এজন্য চাউল ও দাইল বেশ করিয়া বাছিতে হইবে। আমাদের অপেক্ষা হিন্দুস্থানিদিগের এ বিষয়ে অনেকটা উন্নতি দেখিতে পাওয়া যায়। তাহারা চাউল ও দাইল প্রায় হাত বাছিয়া লইয়া থাকে। আমাদের মধ্যে সেরূপ নিয়ম দেখা যায় না। হিন্দুস্থানিদিগের এইরূপ বাছিয়া লইবার প্রণালীটা যে, অতি উত্তম তাহা কে না স্বীকার করিবেন? এদেশে এই প্রণালীটা প্রচলিত হওয়া অতি আবশ্যক। খিচুড়ীর চাউল ও দাইল ঐরূপে বাছিয়া লইলে ভাল হয়। হাতবাছাই করিবার অসুবিধা হইলে কুলায় করিয়া ভাল [illegible] বাড়িয়া চলিতে

পারে। চাউল কিম্বা দাইলের ক্ষুদ ঝাড়িয়া পৃথক করিয়া বাছিয়া না ফেলিলে, তৎসমুদায় জালে গলিয়া গিয়া হাঁড়ির তলায় ধরিয়া যাইতে পারে। অনন্তর চাউল ও দাইল ঝাড়া ও বাছার পর বেশ করিয়া অধিক জলে ধুইতে হইবে। অনেক স্থানে যে ধুচনী করিয়া পুষ্করিণীপ্রভৃতি জলাশয়ে চাউল ধুইবার রীতি আছে, সেই রীতিটী অতি ভাল; কারণ অধিক জলে ধুইলে অপরিষ্কার-জনক পদার্থ সকল ধুইয়া যায়। জলাশয়ের অভাবে অধিক জল ঢালিয়া দুই তিনবার ধুইলেও চলিতে পারে। চাউল ও দাইল ভাল করিয়া ধৌত হইলে তখন যাহাতে তাহা হইতে জল ঝরিয়া পড়ে, এরূপভাবে কোন পাত্রে রাখিতে হইবে। কলাপাতা, থালা কিম্বা মাটীতে পুরু করিয়া কাপড় পাতিয়া তাহার উপর উহা পাতলা করিয়া ছড়াইয়া দিলেও চলিতে পারে। মধ্যে মধ্যে আবার উহা হাত দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দেওয়া আবশ্যক। নাড়িয়া চাড়িয়া দিলে চাউল ও দাইল ওলট পালট হইয়া বাতাসে জল শুকাইয়া খড়খড়ে হইলেই শুষ্ক হইয়াছে মনে করিতে হইবে। আন্দাজ এক ঘণ্টাকাল ঐরূপ অবস্থায় রাখিলেই উহা শুষ্ক হইতে পারে।

কেহ কেহ মোগলাই খিচুড়ীর চাউল ও দাইল এরূপ করিয়া আদৌ ধৌত করেন না, তাঁহারা অমনি ঝাড়িয়া লইয়াই খিচুড়ী রন্ধন করিয়া থাকেন। ফলকথা, যে রকমেই হউক না কেন পরিষ্কার করাই প্রয়োজন। মোগলাই খিচু-

ড়ীতে যে পরিমাণে চাউল, দাইল এবং ঘৃত লাগিয়া থাকে, পূর্ব্বে তাহা উল্লিখিত হইয়াছে।

সকল প্রকার চাউল কিম্বা দাইল দ্বারা যে, উত্তমরূপ খিচুড়ী হয় এরূপ নহে। যে সকল চাউল এবং দাইল অধিক পরিমাণে ঘৃত টানিতে পারে তদ্দ্বারাই উত্তম খিচুড়ী হইয়া থাকে। এজন্য খাঁড়ীমুহুরি, বুট, অড়হর প্রভৃতি দাইল দ্বারা উত্তমরূপ মোগলাই খিচুড়ী হইতে পারে। এ প্রস্তাবে খাঁড়ীমুহুরি দ্বারা খিচুড়ী প্রস্তুতের বিষয়ই লিখিত হইতেছে। চাউলের মধ্যে পেশোয়ারি ও দাদখানি প্রভৃতিই উত্তম।

চাউল, দাইল ও ঘৃত যেমন প্রধান উপকরণ সেইরূপ আরার কয়েক প্রকার দ্রব্য না হইলে খিচুড়ী কোনক্রমেই ভাল হয় না। এজন্য ধনে, তেজপত্র, লঙ্কা, গোলমরিচ, জীরা হরিদ্রা বা জাফরাণ, লবঙ্গ, আদা, ছোট এলাচ, দারুচিনি, পিয়াজ * লবণ, দধি, চিনি, বাদাম, কিস্‌মিস্, পেস্তা ও মাংস প্রভৃতি লাগিয়া থাকে।

---

* যাঁহারা পিয়াজ ও রশুন পাপ-জনক খাদ্য মনে করিয়া থাকেন, তাঁহারা উহা পরিত্যাগ করিয়া অন্যান্য মসলা দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন, তাহাতে কোন হানি হয় না। পিয়াজের একটী গুণ এই যে, অন্যান্য মসলা অল্প হইলেও কোন ক্ষতি হয় না, একা পিয়াজে সকল প্রকার মসলার উপর উঠিয়া বসে। পিয়াজে এক প্রকার আস্বাদনেরও উৎকর্ষতা সম্পাদন করে। যাঁহারা পিয়াজ সংযোগে খিচুড়ী, মাংস কিম্বা পোলাও রন্ধন করিয়া ভক্ষণ করিয়া থাকেন, পিয়াজ ভিন্ন তাঁহাদিগের জিহ্বায় অন্য প্রকার মসলা সংযোগে রাঁধা তরকারী আদৌ ভাল লাগে

যে প্রণালীতে মোগলাই খিচুড়ী রন্ধন করিতে হয়, একণে তাহা লিখিত হইতেছে। চর্ব্বি রহিত এক সের মাংস ক্ষুদ্র আকারে কুটিয়া চারি সের জলের সহিত একটী হাঁড়িতে করিয়া উনানে বসাইয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে। উনানে জল গরম হইতে থাকিবে, তাহাতে ছেঁচা ধনে দুই তোলা, জীরা ছেঁচা এক তোলা, জাফরাণ এক তোলা, জাফরাণের অভাবে বাটা হরিদ্রা দুই তোলা দিয়া একখানি সরা দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে। সরার অভাব হইলে অন্য কোন পাত্র দ্বারা ঢাকিয়া দিলেও চলিতে পারে। এইরূপ ভাবে হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া কিছুকাল জ্বাল দিলে জলের ভাগ কমিয়া আসিবে। যখন দেখা যাইবে এক সের জল কমিয়া

না। রসুন অধিক মাত্রায় ব্যবহার করা উচিত নহে; পিয়াজ ও রসুন অধিক ব্যবহার করিলে মুখে, ঘর্ম্মে এবং মল ও মূত্রে অত্যন্ত দুর্গন্ধ হইয়া থাকে। বোধ হয় এই দুর্গন্ধবশতঃই হিন্দুদিগের মধ্যে উহার ব্যবহার অপ্রচলিত রহিয়াছে। বঙ্গদেশে আজ কাল হিন্দু পরিবারদিগের মধ্যে অধিক পরিমাণে পিয়াজ ব্যবহার হইতে আরম্ভ হইয়াছে, কিন্তু রসুনের ততটা ব্যবহার দেখা যায় না। আবার পশ্চিম প্রদেশে অনেক ক্ষত্রিয় প্রভৃতিকে রসুন ব্যবহার করিতে দেখা যায়, কিন্তু তাঁহারা পিয়াজ ব্যবহার দূষ্য জ্ঞান করিয়া থাকেন। সে যাহা হউক, যাঁহারা পিয়াজ ব্যবহার দূষ্য বিবেচনা না করেন, তাঁহারা উহা দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন। আর যাঁহারা দূষ্য জ্ঞান করেন, তাঁহারা উহা ত্যাগ করিবেন, কিন্তু তাহাতে আস্বাদের কিঞ্চিৎ তারতম্য হইয়া উঠিবে।

আসিয়াছে, তখন ছোট এলাচের দানা দুই আনা পরিমাণে, দারুচিনি কুচি কুচি করিয়া চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা ওজনে উহাতে দিয়া পূর্ব্ববৎ হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং যখন আর এক সের জল মরিয়া আসিয়াছে দেখা যাইবে, তখন ঐ হাঁড়িটী উনান হইতে নামাইয়া স্বতন্ত্র স্থানে অন্ততঃ এক ঘন্টাকাল রাখিতে হইবে। এই সময় হাঁড়ির মুখ খুলিলে সুগন্ধে ঘর আমোদিত হইবে। পাচক ও পাচিকাদিগের মনে রাখা উচিত, হাঁড়ির মুখ যেন ঢাকা থাকে, কারণ মুখ খুলিয়া রাখিলে উহার গন্ধ বাহির হইয়া যায়। পূর্ব্বে গন্ধ বাহির হইলে আহারের সময় উহা উপভোগ করিতে পারা যায় না।

অনন্তর হাঁড়ির জল অল্প শীতল হইয়া আসিলে তখন হাতে করিয়া মাংস ও মসলা সমস্ত বেশ করিয়া কচলাইতে হইবে। চট্‌কান শেষ হইলে একখানি পরিষ্কার বস্ত্রে ছাঁকিয়া সেই জল স্বতন্ত্র একটী পাত্রে ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং সিটিগুলি ফেলিয়া দিতে হইবে। এক্ষণে ভাল খাঁড়িমসুরি দাইল তিন পোয়া, উত্তম পেশোয়ারি অভাবে সরু দাদখানি অথবা বালাম চাউল এক পোয়া একত্রিত করিতে হইবে। এস্থলে উহা জানা আবশ্যক যে, পেশোয়ারী বা দাদখানি চাউল হইলেই ভাল হয়। পরে ঐ চাউল ও দাইল উত্তমরূপে ধৌত করিয়া পূর্ব্ববৎ শুষ্ক করিতে হইবে।

এদিকে দেখিবে যখন চাউল ও দাইল বেশ শুষ্ক হইয়া খড়-খড়ে হইয়াছে, তখন এক পোয়া গাওয়া অথবা ভঁয়সা

ঘৃত* একটী বিস্তৃত মুখ-বিশিষ্ট ডেকচি অথবা হাঁড়িতে করিয়া উনানে বসাইতে হইবে। এই সময় মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে হইবে। তৈল ও ঘৃত উনানে বসাইয়া অধিক জ্বাল দিলে জ্বলিয়া উঠার সম্ভব। এক্ষণে ঐ ঘৃতে এক পোয়া পিয়াজ চারিখণ্ড করিয়া এবং গোলআলু দুইখণ্ড করিয়া দিতে হইবে, এই সঙ্গে ছোট এলা-চের দানা এক সিকি, দারুচিনির ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুচি ছয় আনা ও লবঙ্গ এক সিকি দিয়া খুন্তি দ্বারা নাড়িতে হইবে। যখন দেখা যাইবে পিয়াজগুলি অর্দ্ধেক ভাজা হইয়াছে, তখন তাহাতে এক ছটাক আদার রস দিয়া পূর্ব্ববৎ নাড়িতে হইবে। পিয়াজ গুলি যখন বার আনা ভাজা হইয়াছে বোধ হইবে, তখন উহাতে চাউল ও দাইল দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। ঐরূপ নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে যে, চাউল ভাজা হইবার মত চুড়্ চুড়্ করিতেছে, সেই সময় পূর্ব্ব-প্রস্তুত জল ক্রমে ক্রমে উহাতে ঢালিতে হইবে। জল যেমন ঢালিতে হইবে, সেই সঙ্গে অনবরত চাউলাদিও নাড়িতে হইবে। জল দেওয়া শেষ হইলে আড়াই তোলা লবণ দিতে হইবে। এই সকল দেওয়া হইলে হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া অল্পক্ষণ জ্বাল দিলে উহা ফুটিতে আরম্ভ করিবে। ফুটিতে আরম্ভ হইলে তখন

---

* গাওয়া ঘৃত হইলে আস্বাদন ভাল হয় এবং খিচুড়ী হইতে এক প্রকার সুগন্ধ নির্গত হইয়া থাকে। ফলকথা, ঘৃত যত টাট্‌কা হয় ততই ভাল।

হাঁড়ির মুখ খুলিয়া উহাতে সাত আটটী হংস ডিম্ব* ভাজিয়া দিতে হইবে। এবং খিচুড়ী অনবরত নাড়িতে হইবে। ঘন ঘন নাড়িবার কারণ এই যে, নাড়িবার ত্রুটি হইলেই উহা জমিয়া যাইবে, একবার জমিয়া গেলে হাজার নাড়িলেও তাহা অন্য খিচুড়ীর সঙ্গে মিশ্রিত হইবে না। খিচুড়ী সর্ব্বদা নাড়িবার আর একটী প্রধান প্রয়োজন এই যে, নাড়িবার দোষেও অনেকে খিচুড়ী ধরাইয়া ফেলেন। খিচুড়ী একবার ধরিয়া গেলে তখন তাহাতে যত কেন মসলা ও ঘৃত দেও না কিছুতেই সেই পোড়াগন্ধ শুধরাইতে পারা যায় না। সুতরাং ব্যয় ও পরিশ্রম বৃথা হইয়া যায়। খিচুড়ী ধরিয়া গেলে উহাতে আর কোন প্রকার মসলার সৌগন্ধ থাকে না। এজন্য এই সময় বিশেষ সাবধানতার সহিত ঘন ঘন নাড়িতে হইবে।

যখন দেখিবে চাউল ও দাইল উত্তমরূপে সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন আদৌ জ্বাল না দিয়া কেবল কয়লার উত্তাপে উহা বসাইয়া রাখিতে হইবে। এই সময় এক ছটাক ভাল চিনি অথবা মিছ্‌রির গুঁড়া ও এক পোয়া ভাল দধি হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। যখন চাউল ও দাইল,

* হংস কিম্বা মুরগী ডিম্বের মধ্যে যে কোন প্রকার ডিম্ব দিলেই চলিতে পারে। যাঁহারা ঐ সকল ভক্ষণে ইচ্ছা করিবেন না তাঁহারা পিয়াজ এবং ডিম প্রভৃতি আদৌ ব্যবহার না করিয়া খিচুড়ী প্রস্তুত করিতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে-না। যে জাতির যে খাদ্য সেই জাতির নিয়মানুসারে প্রস্তুত হইলেই ভাল হয়।

উত্তমরূপ মিশ্রিত হইয়া কাদার ন্যায় হইয়াছে ও সুঘ্রাণে রন্ধন গৃহ আমোদিত হইতেছে বোধ হইবে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, অবশিষ্ট ঘৃতে ভাজিয়া ঘৃত সমেত হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে এবং এক ছটাক গোলাপ জলের ছিটা দিয়া অগ্নির উত্তাপ হইতে নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

ভোজনের সময় ঐ হাঁড়ির মুখ খুলিয়া একবার ভাল করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন করিবে এবং সুগন্ধে ভোক্তাগণের রসনা লোলুপ হইয়া পড়িবে।

ভুনি খিচুড়ী।

চাউল ও দাইল ভাজিয়া এই খিচুড়ী রাঁধিতে হয়, এজন্য ইহাকে ভুনা বা ভুনি খিচুড়ী কহিয়া থাকে। ভুনি খিচুড়ী রাঁধিবার নিয়ম এক প্রকার নহে। এই প্রস্তাবে প্রথম প্রকরণ লিখিত হইল।

উপকরণ পরিমাণ।—চাউল দেড় পোয়া, দাইল (খাড়ি মুস্থরি) এক সের, ঘৃত* আধ সের, লঙ্কা তিন তোলা,

---

* ভালরকম ভুনিখিচুড়িতে সের করা এক সের পর্য্যন্তও ঘৃত ব্যবহার হইয়া থাকে।

জল দেড় সের, হরিদ্রা বাটা এক তোলা, ধনেবাটা তিন তোলা, আদা বাটা দুই তোলা, লঙ্কা বাটা এক তোলা। জীরামরিচ বাটা আধ তোলা, তেজপত্র দশখানি, ছোট এলাচ চারি আনা, দারুচিনি কুচি ছয় আনা, লবঙ্গ তিন আনা, দধি এক পোয়া, পিয়াজ কুচি চারি তোলা।

যে সকল চাউলে পোলাও হইয়া থাকে, ভুনিখিচুড়ীতে সেইরূপ চাউল হইলেই ভাল হয়। মোগলাই খিচুড়ীতে যে নিয়মে চাউল ধুইয়া শুকাইয়া লইতে হয়, ভুনিখিচুড়ীর চাউল গুলিও সেইরূপ নিয়মে রাঁধিবার উপযুক্ত করিয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী ডেক্‌চি অথবা অন্য কোন পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত আলে চড়াও। উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে পিয়াজের সরু সরু কুচিগুলি দিয়া ভাজিয়া লও। পিয়াজ যখন লাল্‌ছে লাল্‌ছে রঙ হইবে, তখন উহা অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখ। অনন্তর চাউল ও দাইল এবং তেজপাত তাহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে দুই একটী চাউল চুড়্‌ চুড়্‌ করিতেছে, তখন উহাতে সমু মসলাগুলি এবং দধি দিয়া নাড়িতে থাক।

এই সময় চাউলের একটু বাদামী ধরণের রঙ হইলে, জল ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দাও।

খিচড়ী কিম্বা পোলাও রাঁধিতে হইলে অধিক আল দেওয়া

উচিত নহে। কারণ অধিক জ্বালে উহা ধরিয়া যাইবার খুব সম্ভব। মোগলাই খিচুড়ীতে যেমন সর্ব্বদা কাটি দিয়া নাড়িয়া দিতে হয়, ভুনিখিচুড়ীতে সেরূপ নাড়িবার প্রয়োজন হয় না। কারণ উহা অধিক নাড়িয়া দিলে চাউল ও দাইল ভাঙ্গিয়া কাদার ন্যায় হইয়া থাকে। মোগলাই খিচুড়ীর ন্যায় ভুনিখিচুড়ী কাদার মত হইবে না। সমুদায় গোটা গোটা থাকিবে, অথচ বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। এজন্য একখানি কাঠের অল্প আলে রাঁধা উচিত।

যখন দেখা যাইবে চাউল ও দাইল বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহাতে লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর উহার জল মরিয়া আসিলে নামাইয়া পূর্ব্ব রক্ষিত পিয়াজ ভাজা গুলি তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবারে বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ *; দশ পনর মিনিট পরে পাক-পাত্রের ঢাকনি খুলিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন কর। এই নিয়মে প্রস্তুত করা খিচুড়িকে ভুনা বা ভুনা খিচুড়ী কহে।

গুজরাটী খিচুড়ী।

গুজরাটবাসীরা যে নিয়মে খিচুড়ী রন্ধন করিয়া থাকেন, এদেশে সেরূপ প্রথা দেখিতে পাওয়া যায় না। ভিন্ন ভিন্ন

---

* ইচ্ছা হইলে পিয়াজ ব্যতীত রন্ধন হইতে পারে।

দেশের রন্ধনের নিয়ম সম্পূর্ণ প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। গুজরাটের লোকেরা যে নিয়মে খিচুড়ী রাঁধিয়া থাকে, তাহার মধ্যে একটী নিয়ম লিখিত হইতেছে। পাঠকগণ উহা পাক করিয়া পরীক্ষা করিলেই বুঝিতে পারিবেন, গুজরাটী খিচুড়ী কি প্রকার মুখ-প্রিয়। এই রন্ধনের কিছুই বাহুল্য ব্যাপার নাই যে, সাধারণে উহা প্রস্তুত করিতে অক্ষম হইবেন। তবে হিন্দুদিগের মধ্যে যাঁহারা পিয়াজ ও রসুন ব্যবহার নিষিদ্ধ বিবেচনা করিয়া থাকেন, তাঁহারা ইচ্ছা করিলে উহা পরিত্যাগ করিয়া রন্ধন করিতেও পারেন। কিন্তু উহা পরিত্যাগ করিলে যে, আস্বাদগত অনেকটা প্রভেদ ঘটিয়া থাকে, তাহা বোধ হয় কাহাকেও লিখিয়া বুঝাইতে হয় না। নিম্ন লিখিত উপকরণ এবং নিয়ম অনুসারে রন্ধন করিলে গুজরাটী খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল আধ সের, সোণা-মুগের দাইল আধ সের, ঘৃত একসের, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, মরিচ আধ তোলা, কৃষ্ণ জীরা এক তোলা, রসুন খণ্ড আধ তোলা, আদা খণ্ড দেড় তোলা, পলাণ্ডু এক পোয়া, লবণ তিন তোলা, গরম জল দেড় সের।

প্রথমে রসুনগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া একটী পাত্রে রাখিবে। তদনন্তর পিয়াজগুলিরও খোসা ছাড়াইয়া সরু সরু অথচ চক্রাকারভাবে অন্য আর একটী পাত্রে কুটিয়া রাখিতে হইবে।

গুজরাটী খিচুড়ী রাঁধিতে হইলে কোন প্রকার মসলা চূর্ণ করিতে বা বাটিতে হয় না। সমুদায় অখণ্ড অর্থাৎ আস্ত আস্ত রাখিতে হয়।

প্রথমতঃ এক পোয়া ঘৃত একটী পাক-পাত্রে জালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে পিয়াজগুলি ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া উক্ত উত্তপ্ত ঘৃতে রসুন কুচি, আদার কুচি দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া তাহাতে চাউল ও দাইল দিয়া নাড়িতে থাকিবে। দুই একটী চাউল ফুটিবার শব্দ হইতে আরম্ভ হইলে আর এক পোয়া ঘৃত এবং অবশিষ্ট মসলাগুলি দিয়া নাড়িতে থাকিবে। অধিকাংশ চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইলে তাহাতে উত্তপ্ত জল ক্রমে ক্রমে ঢালিতে ও নাড়িতে হইবে। জল দেওয়া শেষ হইলে অর্দ্ধেক পিয়াজভাজা ও লবণ দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং ফুটিতে আরম্ভ হইলে মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটী খুলিয়া নাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। জল মরিয়া আসিলে অবশিষ্ট পিয়াজ ভাজাগুলি ও অবশিষ্ট ঘৃত উপরে ছড়াইয়া দিয়া উত্তমরূপে মুখ ঢাকিয়া পনর মিনিট কাল দমে রাখিলেই অতি অপূর্ব্ব তুষ্টি-কর গুজরাটী খিচুড়ী প্রস্তুত হইল। এক্ষণে পরিবেশন-কালীন কেবল আর একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই যথেষ্ট হইবে।

আর্ম্মানি খিচুড়ী।

আর্ম্মানি খিচুড়ী যে কি প্রকার মুখ-প্রিয়, তাহা আহার করিয়া বুঝিলেই ভাল হয়। এরূপ উপাদেয় খাদ্যের ব্যবহার বৃদ্ধি হওয়াই একান্ত আবশ্যক। ভিন্ন ভিন্ন জাতির মধ্যে ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম ও উপকরণে খিচুড়ী রাঁধিবার ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়। আর্ম্মানি জাতির মধ্যে কয়েক প্রকার নিয়মে খিচুড়ী রাঁধিবার প্রথা প্রচলিত আছে। আমরা সচরাচর যে সকল মসলা ব্যবহার করিয়া থাকি, ঐ সকল খিচুড়িতে প্রায় সেই সকল মসলা ব্যবহৃত হইতে দেখা গিয়া থাকে। ভোজন-প্রিয় ব্যক্তিদিগের নিকট আর্ম্মানি খিচুড়ী একটী আদরের খাদ্য। যে নিয়মে এই উপাদেয় খিচুড়ী রাঁধিতে হয় তাহার বিষয় লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—সোণামুগের দাইল এক সের, চাউল এক পোয়া, ডিম দশটী, ঘৃত আধ সের, বাদাম দুই ছটাক, কিস্‌মিস্ দুই ছটাক, পেস্তা দুই ছটাক, মিছ্‌রি দুই তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, রসুন চারি আনা, আদাবাটা দুই তোলা, আদার কুচি এক তোলা, জাফরাণ আট আনা, ধনে ছেঁচা এক পোয়া, লঙ্কাবাটা এক তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, তেজপত্র চারি আনা, ছোট এলাচ ছয় আনা, মরিচ গোটা দুই তোলা, জীরা দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, ক্ষীরপাতা দধি এক পোয়া, জল চারি সের।

প্রথমে ধনে, মরিচ, জীরা ও তেজপাতা একখানি পরিষ্কৃত

নেকড়ায় পুটলি বাঁধিয়া একটী হাঁড়ি অথবা ডেক্‌চিতে রাখ। এখন সমুদায় জল ঐ হাঁড়িতে ঢালিয়া দিয়া একখানি ঢাক্‌নি দ্বারা উহার মুখ ঢাকিয়া আলে চড়াও। মৃদু মৃদু আলে যখন জল মরিয়া দুই সের থাকিবে, তখন তাহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে আর একটী পাক-পাত্রে দেড় পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও এবং তাহাতে কিস্‌মিস্‌গুলি বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখ। এখন ঐ ঘৃতে রসুন-কুচিগুলি ভাজিতে থাক। যখন দেখা যাইবে, উহার লাল্‌চে রঙ হইয়াছে, তখন তুলিয়া ফেলিয়া দিবে। রসুনের ন্যায় আদা-কুচিগুলি ভাজিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। তাহার পর পিয়াজের কুচি বাদামী ধরণে ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর সমুদয় জাফরাণ, আদাবাটা, লঙ্কাবাটা ঐ ঘৃতে দিয়া নাথভাজা করিতে হইবে, এই সময় সমুদয় মসলার এক প্রকার রঙ হইয়া উঠিবে এবং সুগন্ধে ঘর আমোদিত করিতে থাকিবে। অতঃপর উহাতে চাউল ও দাইল দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে।

পোলাও প্রভৃতিতে যেরূপ চাউল ব্যবহার হয়, আর্ম্মানি খিচুড়ির পক্ষেও সেইরূপ চাউল প্রশস্ত। প্রথমে চাউল ও দাইল উত্তমরূপে ঝাড়িয়া ও বাছিয়া লইতে হইবে। ভালরূপ ঝাড়া ও বাছা হইলে না ধুইলেও চলিতে পারে। পূর্ব্বে যে ডিমের কথা বলা হইয়াছে, এখন তাহা ভাজিয়া তাহার তরলাংশ ঐ চাউল ও দাইলে মাখিতে হইবে। ডিম মাখান চাউলাদি একটী বিস্তৃত পাত্রে রাখিয়া পাতলা করিয়া বিছাইয়া দিয়া

সর্ব্বদা নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এইরূপ নাড়া চাড়াতে যদি উহা ঝর্‌ঝরে হয় ভালই, নতুবা উহা তুলিয়া জ্বাল প্রাপ্ত মসলার উপর ঢালিয়া দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে চাড়িতে হইবে। এই সময় উনানে মৃদু জ্বাল থাকা আবশ্যক। এইরূপভাবে অনবরত নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে অধিকাংশ চাউলই চুড় চুড় করিয়া ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্ব প্রস্তুত আখ্‌নির জল অল্প অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। চাউল ফুটিয়া নরম হইয়া আসিলে, তাহাতে লবণ ও অর্দ্ধেক পিয়াজভাজা ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। যে কোন খিচুড়ির প্রতি এই সময় বিশেষরূপ দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। কারণ এই সময় অধিক জ্বাল পাইলে এবং ভালরূপ নাড়া চাড়া না হইলে প্রায়ই আঁকিয়া যায়।

অনন্তর যখন দেখা যাইবে খিচুড়ী বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে সমুদায় পিয়াজভাজা ও কিস্‌মিস্ ঢালিয়া দিতে হইবে। এদিকে অবশিষ্ট গরম-মসলা ও বাদাম এবং পেস্তাবাটা সমুদায় ঘৃতে গুলিয়া এবং তাহাতে দধি ও মিছ্‌রি দিয়া ঐ খিচুড়ীতে ঢালিয়া দিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে উহা নামাইয়া ঠাণ্ডা স্থানে রাখিতে হইবে। এই সময় হাঁড়ি বা ডেক্‌চির মুখের ঢাক্‌নিটার বেড়-মুখে একখানি ভিজা নেকড়া বা গামছা জড়াইয়া রাখিয়া ত্রিশ মিনিট পরে ঢাকনি তুলিয়া পরিবেশন করিলেই চলিতে পারে। পরিবেশনের সময় আর একবার

উত্তমরূপ নাড়িয়া লওয়া আবশ্যক। উপরি লিখিত প্রণালী ও উপকরণ দ্বারা রন্ধন করিলে আমানি খিচুড়ী রাঁধা হইল।

কলাই শুঁটীর খিচুড়ী।

এই খিচুড়ী যে কি প্রকার সুখাদ্য তাহা বোধ হয়, এদেশের অনেকেই অবগত আছেন। কিন্তু উহার রন্ধন প্রণালী বোধ হয় অধিকাংশ লোকই অবগত নহেন, তাহা আমরা নিশ্চয় বলিতে পারি।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মিহি দাদখানি চাউল এক পোয়া, সোণামুগের দাইল* বা খাঁড়ি মহরি এক পোয়া, কলাই শুঁটী (খোসা ছাড়ান) এক সের, ঘৃত (৩) দেড় পোয়া, হরিদ্রা বাটা এক তোলা, ধনে বাটা তিন তোলা, লঙ্কা বাটা

---

(১) বৈদ্য-শাস্ত্র মতে মুগের গুণ—কষায়, গ্রাহি, শীতল এবং পাকে কটু। মুগের যুষের গুণ—পিত্ত, শ্রম ও ক্লান্তি-শমন-কারী, লঘু, সন্তাপ-হারক এবং অরুচি-নাশক।

(২) ভাবপ্রকাশ মতে সামান্য বায়ু-নাশক এবং জ্বরঘ্ন।

(১) কষায়ত্বং গ্রাহিত্বং শীতলত্বং পাকে কটুত্বং তদ্যূষগুণাঃ পিত্তশ্রমার্ত্তি-শমনত্বং লঘুত্বং সন্তাপহারিত্বং অরোচক-নাশিত্বং। ইতি রাজনির্ঘণ্টুঃ।

(২) স্বাদুত্বং অল্পানিলহরত্বং জ্বরঘ্নত্বং। ইতি ভাবপ্রকাশঃ।

(৩) অসঙ্গতিপন্ন ব্যক্তিগণ ঘৃতের পরিমাণ আধপোয়া করিতে পারেন কিন্তু আস্বাদনের ব্যতিক্রম হইবে।

আধ তোলা, জীরা মরিচ বাটা এক তোলা, আদা বাটা এক তোলা, দারুচিনি তিন আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, তেজপাতা দশখানি, লবণ সাড়ে চারি তোলা, জল তিন সের।

প্রথমে শুঁটীগুলির উপরিকার খোসা ছাড়াইয়া দানা বাহির করিয়া লও। সমুদায় দানা বাহির করা হইলে তাহাতে এক তোলা লবণ মাখাইয়া আধ ঘণ্টা পরে তাহা রগড়াইতে থাক, তাহা হইলে প্রত্যেক দানার খোসা সহজেই পৃথক্ হইয়া আসিবে। নতুবা এক একটী করিয়া খোসা ছাড়াইতে হইলে বহু পরিশ্রম এবং বিস্তর সময় লাগিবে। লবণ মাখাইয়া খোসা ছাড়াইলে অতি সহজেই উহা ছাড়াইয়া যায়। অনন্তর দুই তিনবার অধিক জলে উত্তমরূপে ধুইয়া লইতে হইবে। ধুইবার সময় সমুদায় খোসা ও লবণ ধুইয়া যাইবে।

এদিকে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চাড়াইয়া শুঁটীগুলি ভাজিয়া রাখ। পরে আর এক ছটাক ঘৃতে চাউল ভাজিয়া তুলিয়া লইতে হইবে। চাউল ভাজা হইলে আবার এক ছটাক ঘৃত দিয়া দাইলগুলিও অল্প পরিমাণ ভাজিয়া লও। এস্থলে একটী কথা উল্লেখ করা আবশ্যক :—অনেকেই কলাই শুঁটির খিচুড়ীতে আদৌ কোন প্রকার দাইল ব্যবহার করেন না। কিন্তু আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, কিঞ্চিৎ দাইল দিয়া এই খিচুড়ী পাক করিলে আস্বাদনের বৃদ্ধি হয় এবং খিচুড়ী নিতান্ত কাদার মত দেখিতেও হয় না। তবে রুচি অনুসারে ভোক্তাগণ দাইল ব্যবহার করিতে পারেন।

এখন যে পাত্রে খিচুড়ী রাঁধিতে হইবে, তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত জালে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে সমুদায় গরম মসলার অর্দ্ধেক ছেঁচিয়া এবং সমুদায় বাটা মসলা ঐ ঘৃতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাক, যখন বেশ রংদার হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া চাউল ও দাইল এবং শুঁটী-গুলি ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার ঢাকিয়া দাও। অনন্তর মৃদু জালে খিচুড়ী সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে লবণ দিতে হইবে। যাঁহারা পিয়াজ দিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহারা এই সময় আধ পোয়া ভাজা পিয়াজ দিতে পারেন। এক্ষণে অবশিষ্ট গরম মসলা বাটা খিচুড়িতে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ-করতঃ একখানি ভিজা গামছা বা নেকড়া ঢাকার মুখে জড়াইয়া নামাইয়া লও। কুড়ি মিনিট পরে ঢাকনি খুলিয়া পরিবেশন কর, কলাই শুঁটির খিচুড়ী প্রস্তুত হইল।

শীতকালেই এই খিচুড়ী অতি সুখাদ্য। কারণ এদেশে শীত ঋতুতেই কলাই শুঁটী জন্মিয়া থাকে। সকল প্রকার কলাই শুঁটীর যে, উত্তমরূপ খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে, তাহা নহে; এদেশে যে সকল কলাই শুঁটী জন্মিয়া থাকে, তন্মধ্যে ওলন্দা বা পাগলা কলাই শুঁটীই সর্ব্বোৎকৃষ্ট। আজকাল আমেরিকা ও ইয়ুরোপ প্রভৃতি মহাদেশ সমূহ হইতে যে সকল মটর এদেশে আনীত হইয়া স্থানে স্থানে চাষ হইতেছে, তন্মধ্যে ডোয়ার্ফ

ডিক্‌সন্‌, হিমর্ক্‌ শায়র, হিরো, ভিক্টোরিয়া, এম্পারার, আইম্যারো প্রভৃতিই সর্ব্বপ্রধান। ঐ সকল মটরের এক একটী দানা এত পুষ্ট হইয়া থাকে যে, যাঁহারা কখন উহা দেখেন নাই, তাঁহারা দর্শন করিলে আশ্চর্য্য বোধ করিবেন। ফলকথা শুটী মোটা মোটা অথচ কচি এইরূপ মটরেরই উৎকৃষ্ট খিচুড়ী প্রস্তুত হইয়া থাকে। দানা পাকিয়া গেলে তদ্দ্বারা খিচুড়ী ভালি হয় না। খিচুড়ী ভিন্ন কলাই শুঁটির দ্বারা আর অনেক প্রকার সুখাদ্য দ্রব্য পাক হইয়া থাকে।

হিন্দু শাস্ত্রানুসারে কলাই শুঁটী অপবিত্র নহে।

আফ্‌গানি খিচুড়ী।

আফ্‌গানিস্থানে এই খিচুড়ী অত্যন্ত প্রচলিত। আফ্‌গানি খিচুড়িতে অত্যন্ত পিয়াজ ব্যবহার করিতে দেখা যায়। যাঁহারা পিয়াজ খাইয়া থাকেন, তাঁহাদিগের নিকট এই খেচরান্ন অত্যন্ত মধুর। ইহার রন্ধন নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—সোণামুগের দাইল আধসের, চাউল আধসের, মাংস দেড় সের, ঘৃত আধসের, দারুচিনি (গোটা) এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ (গোটা) এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, পিয়াজ এক পোয়া, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, পিয়াজ সরুভাবে কুটা এক ছটাক, গোটা ধনে দেড় তোলা, ধনে বাটা আধ-

তোলা, আদা খণ্ড ছেঁড়ে তোলা, জাফরাণ (পেষিত) এক আনা; গোটা মরিচ দুই আনা, লঙ্কা চূর্ণ দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংস, আদা, পিঁয়াজ, গোটা ধনে এবং লবণ আবশ্যক মত জলের সঙ্গে মিশাইয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। পরে ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাংস এবং ঐ যূষ সন্তলন করিয়া লইতে হইবে। সন্তলনের সময় আদা প্রভৃতি যে, কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে। সন্তলনের পর যূষ হইতে মাংসগুলি পৃথক করিয়া ঐ মাংসে ধনে বাটা, পিঁয়াজ বাটা, সমুদায় গন্ধ মসলা এবং মরিচ প্রভৃতির চূর্ণ মাখাইয়া মৃদু আগুনের উত্তাপে পাক করিয়া দমে রাখিতে হইবে।

এদিকে পূর্ব্ব প্রস্তুত মাংসের যূষে দাইল, চাউল এবং পিঁয়াজের সরু সরু খণ্ড সকল দিয়া জালে চড়াইয়া সুসিদ্ধ করিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, উহা বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে অবশিষ্ট গোটা মসলাগুলি এবং মাংস ঢালিয়া দিয়া এক আঁচ তাপ দিতে হইবে। পরে অবশিষ্ট ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিয়া চারি দণ্ড কাল দমে বসাইয়া রাখিলেই আফ্‌গানি খিচুড়ী পাক করা হইল।

এই খিচুড়ী যেরূপ সুখাদ্য উহার পুষ্টিকারিতা শক্তিও ততোধিক।

গোলআলুর খিচুড়ী।

খিচুড়ী রন্ধন সম্বন্ধে নানা প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। উপকরণ ও রন্ধন ভেদে উহার আস্বাদনের বিস্তর প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। যে কোন প্রকার ভাল খিচুড়ী প্রস্তুত করিতে হইলে তাহাতে ঘৃতের পরিমাণ কিছু অধিক দিতে হয়। ঘৃত দ্বারা খিচুড়ীর আস্বাদন অধিকতর সুস্বাদ হইয়া থাকে। আলুর খিচুড়িতে অধিক পরিমাণ ঘৃতের প্রয়োজন। সুতরাং তদ্বিষয়ে কৃপণতা প্রকাশ করিলে উহার আস্বাদগত যে প্রভেদ লক্ষিত হইবে, তাহা যেন সকলেরই মনে থাকে। যে নিয়মে এই সুখাদ্য খিচড়ী রন্ধন করিতে হয় পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল আধ সের, দাইল (১) এক সের, আলু এক সের, ঘৃত আধ সের, পিয়াজ (২) আধ পোয়া, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা, ধনে বাটা তিন তোলা, আদা বাটা দুই তোলা, জীরামরিচ বাটা এক তোলা, লঙ্কাবাটা (৩) আধ

(১) খাঁড়িমশুরি, সোণামুগ হইলেই ভাল হয় তদভাবে বুট ও অড়হরের দাইল প্রশস্ত।

(২) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করিতে পারা যায়।

(৩) রুচি অনুসারে পরিমাণ হ্রাস বৃদ্ধি করিতে পারা যায়।

তোলা ; হরিদ্রা বাটা এক তোলা, তেজপাতা দশখানি, লবণ ছয় তোলা।

খিচুড়ির পক্ষে যে সকল চাউল প্রশস্ত তাহা ইতি পূর্ব্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ভাল রকম চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে।

অনেকে আলুর খিচুড়িতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্ দিয়া থাকেন। অতএব ঐ সকল উপকরণ ব্যবহার করিতে হইলে প্রত্যেক দ্রব্য এক ছটাক পরিমাণে লইয়া জলে ধৌত করতঃ ঘৃতে এক এক করিয়া ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। প্রথমে সমুদায় ঘৃত না চড়াইয়া দেড় পোয়া পরিমাণ ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বাদামাদি ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিয়া পরে সেই ঘৃতে পিঁয়াজগুলি ভাজিয়া লইবে এবং উহা তুলিয়া রাখিয়া সেই ঘৃতে চাউল ও দাইল ঢালিয়া দিয়া অন[illegible] নাড়িতে হইবে। দুই একটী চাউল ফুটিয়া উঠিলে তাহা[illegible] সমুদায় তেজপাতা, বাটা মসলা ও গরম মসলার অর্দ্ধেক পরি[illegible] দিয়া খুব নাড়িতে হইবে। কেহ কেহ চাউলের সঙ্গে আলু[illegible] চা[illegible] চাকা করিয়া কুটিয়া ও খোসা তুলিয়া ভাজিয়াও লইয়া[illegible]কেন, আবার কখন কখন বাদামাদির ন্যায় চাউল ভাজিবার [illegible] ভাজিয়া তুলিয়া রাখা হয়। ফলতঃ এই উভয় প্রকার [illegible] মধ্যে যে কোন নিয়ম অবলম্বন করিতে পারা যায়। [illegible] ইহাও মনে রাখা উচিত্ যদি উহা ভাজিয়া তুলিয়া রা[illegible]

তবে তাহা চাউল অৰ্দ্ধ সিদ্ধ হইলে পর হাঁড়িতে ঢালিয়া দিতে হইবে। সে যাহা হউক মসলা সংযোগে চাউল হইতে যখন অত্যন্ত সুগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং অধিকাংশ চাউল ফুটিতে আরম্ভ করিবে, তখন আর বিলম্ব না করিয়া উপযুক্ত পরিমাণ গরম জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

খিচুড়ী রন্ধনে যতক্ষণ চাউল সিদ্ধ না হয়, ততক্ষণ তীব্র জ্বাল দিলে তত ক্ষতি হয় না; কিন্তু উহা সিদ্ধ হইলে কখনই অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে। কারণ এই অবস্থা হইতে প্রায়েই ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার খুব আশঙ্কা থাকে। এজন্ত মৃদু জ্বালে পাক-পাত্র বসাইয়া ঘন ঘন নাড়িতে হয়। চাউল সুসিদ্ধ হইলে খিচুড়ীতে লবণ, পিয়াজ এবং বাদাম, পেস্তা প্রভৃতি দিয়া পুনঃ পুনঃ নাড়িতে হইবে। যাঁহারা চাউলের সহিত আলু দিয়াছেন তাঁহাদিগের [illegible]য় নাই, কিন্তু যাঁহারা সে সময়ে দেন নাই, তাঁহারা চাউলে[illegible] অৰ্দ্ধ সিদ্ধাবস্থায় উহা দিতে পারেন। আমরা দেখিয়াছি[illegible] খিচুড়ীতে আলু প্রায়ই ভাঙ্গিয়া গলিয়া গিয়া থাকে।

[illegible]শে খিচুড়ী প্রায় ক্ষীরের ন্যায় গাঢ় আকারে উপস্থিত হই[illegible] সুতরাং আর কাল বিলম্ব না করিয়া অবশিষ্ট গরম মস[illegible] অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিয়া নামাইতে [illegible]য়। আর যদি আহারে বিলম্ব থাকে, তবে সামান্য [illegible] বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে। খিচুড়ীমাত্রেই [illegible] গরম খাবার।

নিরামিষ-ভোজীদিগের পক্ষে এই খিচুড়ী সুপ্রশস্ত। ফলতঃ সুস্বাদ বস্তু সকলেরই নিকট উহার অত্যন্ত আদর।

কাবুলি খেচরান্ন।

পোলাও রন্ধনের নিয়মানুসারে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয়, তবে প্রভেদের মধ্যে পলান্নে মুগের দাইল দিতে হয় না। কিন্তু ইহাতে তাহা ব্যবহৃত হইয়া থাকে এবং আহারে ইহা ঠিক পোলাওয়ের ন্যায় সুস্বাদ্য হয়। ইহার রন্ধনের নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ। মাংস এক সের, চাউল আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, ঘৃত আধ সের, ছোট এলাচ (গোটা) চারি আনা, দারুচিনি (গোটা) দুই আনা, লবঙ্গ তিন আনা, মরিচ গোটা এক তোলা, ধনে তিন তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা তিন তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ চারি তোলা।

প্রথমে মাংস, ঘৃত ও পিয়াজ সম্বরা দিয়া অল্প কসিয়া লইবে। পরে তাহাতে ধনে বাটা, আদা বাটা, লবণ ও জল দিয়া সুসিদ্ধ করিবে। বেশ সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া নবীন কোফ্তা দিয়া আর একবার সম্বরা দিবে। এখন একটী পাক-পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহার উপর জীরা ফোড়ন-

দিয়া মাংস, (যুষ বা ঝোল ভিন্ন) সমুদায় অখণ্ড গরম মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘৃতে অল্প মাত্রায় ভাজিয়া তাহা পূর্ব্বপ্রস্তুত যুষ দ্বারা সিদ্ধ করিয়া লইবে। এখন এই সিদ্ধ চাউল পূর্ব্বসজ্জিত মাংসের উপর ঢালিয়া দিয়া সমুদায় ঘৃত অর্পণ করিবে। এই অবস্থায় উহাতে আর জ্বাল না দিয়া কেবলমাত্র দমে বসাইয়া রাখিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই কাবুলি খেচরান্ন পাক হইল।

জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন।

জাহাঁঙ্গির বাদসা এই খেঁচরান্ন অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার করিতেন, তজ্জন্য উহার নাম জাহাঁঙ্গিরী খেচরান্ন হইয়াছে। জল না দিয়া ইহা পাক করিতে হয়। এই খেচরান্ন অত্যন্ত সুখাদ্য এবং গুরু-পাক। যেরূপ নিয়মে উহা পাক করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, ঘৃত এক সের, পিয়াজের রস এক সের, দারুচিনি চূর্ণ ছয় আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ আট আনা, লবঙ্গ চূর্ণ ছয় আনা, মরিচ চূর্ণ আধ তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, আদার রস তিন তোলা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংস সূক্ষ্ম ধরণে খুরিয়া তাহাকে আদা ও পিয়াজের রস, ধনে বাটা এবং লবণ মাখাইয়া চারি দণ্ড কাল কোন পাত্রে ঢাকিয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘৃতে ভাজিয়া পূর্ব্বরক্ষিত মাংসের সহিত মিশ্রিত করিবে। এখন তাহাতে সমুদায় গন্ধ মসলা চূর্ণ ও মরিচ চূর্ণ মিশাইয়া মৃদুতাপে স্থাপন করিবে এবং মধ্যে মধ্যে তাহা এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দিবে। আলে মাংসাদির রস মরিয়া আসিলে, পাক-পাত্রের চারি ধারে তপ্ত অঙ্গার সাজাইয়া দিবে। এই সময় পাক-পাত্রের ঢাকনি আর্দ্র অর্থাৎ ভিজা কাপড় দ্বারা বন্ধন পূর্ব্বক তাহার উপর আর একটী পাত্র রাখিয়া তাহাতে তপ্ত অঙ্গার স্থাপন করিবে। পাক শেষ হইয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে উষ্ণ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পুনর্ব্বার মুখ ঢাকিয়া দিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই কাইংজিরী খেচরান্ন পাক হইল।

খাগ্নাখেচরান্ন।

এই খেচরান্ন আহারে উত্তম সুখাদ্য। ইহাতে মাংস ব্যবহার হইয়া থাকে। মাংস ত্যাগ করিয়া রন্ধন করিলে আর উপরোক্ত নাম দেওয়া যাইতে পারে না। খাগ্নাখিচুড়ী মুসলমানদিগের সময় হইতে এদেশে আরম্ভ হইয়াছে। উহা প্রস্তুতের নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ। চাউল এক পোয়া, সোণা-মুগের দাইল এক পোয়া, মাংস আধ সের, ঘৃত দেড় পোয়া, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, ধনে দুই তোলা, মরিচ চারি আনা, আদা দুই তোলা, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসের শুষ্ক প্রলেহ পাক করিবে। এদিকে চাউল ও দাইল ভুনিখিচুড়ী পাক করিবার নিয়মে পাক করিয়া প্রলেহ-খিচুড়ীর সহিত মিশাইয়া এক ঘণ্টা দমে রাখিলেই খাস্সাখেচরান্ন পাক হইল। উহা প্রকারান্তরে রাঁধিতে হইলে অন্য রীতিতে প্রস্তুত করিতে হয়; যথা, বড় বড় ঝিঙ্গা, পটল কিম্বা অন্য কোন প্রকার তরকারির বোঁটার দিক কাটিয়া ভিতরের শস্য বাহির করিয়া ফেলিতে হয় এবং খোল-গুলির গাত্রে সরু সরু ছিদ্র করিয়া লবণ মিশ্রিত জলে ধুইয়া পুনর্ব্বার ঐ খোল সামান্যমাত্র লবণ মাখাইয়া ঘৃতে ভাজিতে হয়। অল্প ভাঁজা ভাজা হইলে তাহা জাল হইতে নামাইয়া তাহার মধ্যে মাংস মিশ্রিত খিচুড়ী পূর্ণ করিয়া ময়দা দ্বারা বোঁটার দিকটা আঁঠকাইয়া দিবে। অনন্তর গন্ধ দ্রব্য বাটা তাহাতে মাখাইয়া ঘৃতে পুনর্ব্বার ভাজিয়া লইলেই খাস্সাখেচরান্ন পাক হইল। খাস্সাখেচরান্ন পাক করিতে হইলে ঘৃতের পরিমাণ কিছু অধিক লাগিয়া থাকে।

সহজ খেচরান্ন।

উপকরণ ও পরিমাণ। চাউল এক সের, ভাজা-মুগের দাইল এক সের, ঘৃত এক পোয়া, জীরা বাটা এক তোলা মরিচ বাটা এক তোলা, তেজপত্র আট খানা, আদা বাটা দুই তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, পিঁয়াজ বাটা দুই তোলা, লবণ পাঁচ তোলা, পেস্তা এক তোলা, বাদাম এক তোলা, কিস্‌মিস্ এক তোলা, লবণ দুই তোলা, দারচিনি বাটা ও কুচি ;—বাটা দুই আনা, কুচি ছয় আনা, এলাচ ছেঁচা চারি আনা, জাফ্‌রাণ দুই আনা।

দাইল ও চাউল বেশ সুসিদ্ধ হইতে পারে, অথচ মাড় বেশী না হয়, এরূপ জল পাক-পাত্রে দিয়া তাহা জ্বালে বসাইবে। জল খুব গরম হইলে দাইল ও চাউল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিবে। আধ-ফুটন্ত হইলে তাহাতে লবণ হইতে জীরা পর্য্যন্ত সমুদায় বাটা মসলা ঢালিয়া দিতে হইবে।

এদিকে আধ পোয়া ঘৃতে বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস্ এবং অবশিষ্ট গন্ধমসলাগুলি অল্প ভাজিয়া খিচুড়ীর উপর ছড়াইয়া দিতে হইবে এবং একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া অবশিষ্ট ঘৃতে জাফ্‌রাণ গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। এসময় আর জালের প্রয়োজন [illegible] না, কেবলমাত্র এক ঘণ্টা দমে বসাইয়া রাখিলেই হইল।

খিচুড়ীমাত্রেই অর্দ্ধ সিদ্ধের পর অত্যন্ত সতর্ক হইতে হয়;

কারণ এই সময় হইতেই প্রায় ধরিয়া বা আঁকিয়া যাইবার খুব সম্ভব। এমন্ত অবস্থার প্রতি দৃষ্টি রাখিয়া খিচুড়ী ভাল করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হয়।

দাইলের মধ্যে সোনামুগই উৎকৃষ্ট। বাস্তবিক টাট্‌কা সোনামুগ এবং টাট্‌কা গাওয়া ঘৃত দ্বারা খিচুড়ী পাক করিলে তাহা যে কতদূর রসনার লোভ-জনক হয়, তাহা যিনি একবার আহার করিয়াছেন, তিনিই বুঝিতে পারেন।

ইংরাজী ধরণে ভুনি-খিচুড়ী।

চাউল তিন ছটাক, দাইল দুই ছটাক, বড় পিয়াজ বারটা, ঘৃত দুই ছটাক, আদার কুচি দশ বারটী, গোলমরিচ দশটী, লবণ বড় চামচার এক চামচা, লবঙ্গ চারি পাঁচটী, এলাইচ তিন চারিটী, তেজপাতা ছয়খানি, দারুচিনি (ছোট ছোট) ছয় কুচি।

রন্ধনের পূর্ব্বে চাউল ও দাইলগুলিকে উত্তমরূপে ধৌত করিয়া জল ঝরাইয়া রাখিবে। বাঁশমতী বা চিনিশকর চাউলই খিচুড়ী প্রভৃতির জন্য প্রশস্ত। অনেকে চাউলের সমান দাইল দিয়া থাকেন।

প্রথমে পাক-পাত্র গরম করিয়া উহাতে সমস্ত ঘৃত ঢালিয়া দিবে। ■ সময়ে ঘৃত হইতে বুদ্‌বুদ্‌ উঠিবে ঐ সময়ে উহার

উপর পিঁয়াজগুলি (লম্বা লম্বা পাতলা পাতলা ফালি করিয়া) ফেলিয়া দিয়া ভাজিতে থাকিবে। পিঁয়াজের উত্তম বাদামী রং হইলে তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিবে। পরে ঐ ঘৃতের উপর চাউল ও দাইলগুলি ঢালিয়া দিয়া যতক্ষণ পর্য্যন্ত ঘৃত নিঃশেষিত না হয় ততক্ষণ নাড়িতে থাকিবে। পরে উহাতে উপরের লিখিত মসলা উত্তমরূপ মিশ্রিত করিবে। যতখানি জল দিলে চাউল ও দাইল ঢাকে ততখানি জল দিয়া পাত্রের মুখ ভাল ঢাকনী দ্বারা আচ্ছাদিত করিয়া মৃদু আঁচে চাপাইয়া দিবে; মধ্যে মধ্যে ঐ আঁচও কমাইবে। তাহা না করিলে খিচুড়ী ধরিয়া যাইবার সম্ভাবনা। খিচুড়ী যাহাতে না ধরিয়া যায় তদ্বিষয়ে বিশেষ সাবধান হওয়া আবশ্যক। মধ্যে মধ্যে পাক-পাত্র নাড়িয়া দিলে এবং কাষ্ঠের হাতা দিয়া চাউল ও দাইল নাড়িয়া চাড়িয়া দিলে প্রায়ই পুড়িয়া যায় না। পুড়িয়া গেলে খিচুড়ী আহারের অযোগ্য হইয়া উঠে।

ইহা গরম গরম খাইতে ভাল লাগে। খিচুড়ীর উপরে পূর্ব্বের ভাজা পিঁয়াজগুলি সাজাইয়া দিলে দেখিতে এবং খাইতে ভাল হয়।

মুগ ও মসূরের দাইলে খিচুড়ী পূর্ব্বলিখিত প্রণালীমতে হইয়া থাকে। ছোলার দাইলের খিচুড়ীতে কিছু বিশেষ আছে। ছোলার দাইল শীঘ্র সিদ্ধ হয় না বলিয়া, চাউলের সহিত ভাজিবার পূর্ব্বে উহা সিদ্ধ করিয়া লওয়া কর্ত্তব্য। অথবা রন্ধনের পূর্ব্বে উহা এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া লইলে চলিতে

পারে। পরে পূর্ব্বলিখিতমত পাকের ব্যবস্থা। বুটের দাইলে খিচুড়ী অতি উপাদেয় হয়।

কাঁচা মটরের ভুনি-খিচুড়ী।

বড় মটর ছাড়াইয়া রাখিবে। চাউলের সহিত ইহা ভাজিতে হইবে না। যখন চাউল প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে দেখিবে, তখন ইহা চাউলের সহিত মিশ্রিত করিয়া দিতে হইবে। মসলাদি পূর্ব্ববৎই লইবে।

জরদ খিচুড়ী।

ইহাতে চাউল এবং দাইল ভাজিবার সময় জাফরাণ অথবা হরিদ্রা একটু দিতে হইবে। যেরূপ পীত বর্ণ করিবার ইচ্ছা থাকে ঐ অনুসারে হরিদ্রা বা জাফ্রাণ দিবে। মসলাদি পূর্ব্ববৎই দিবে।

দাউদখানি খেচরান্ন।

সচরাচর যেরূপ নিয়মে খেচরান্ন পাক করা হইয়া থাকে, দাউদখানি খেচরান্ন পাক তাহা অপেক্ষা সম্পূর্ণ বিভিন্ন। যে নিয়মে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ। মাংস এক সের, ঘৃত এক সের, চাউল আধ সের, মুগের দাইল আধ সের, ডিম্ব দুইটী, ধনে (আস্ত) এক তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আদা খণ্ড এক তোলা, (বাটা) আধ তোলা, আস্ত পিয়াজ আধ তোলা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, জাফরাণ বাটা এক তোলা, দারুচিনি কুচি এক আনা, ছোট এলাচ বাটা এক আনা, লবঙ্গ বাটা এক আনা, মরিচ বাটা এক আনা।

প্রথমে আধ সের মাংস, আদা খণ্ড, আস্ত পিয়াজ, ধনে এবং পরিমিত লবণ জলসহ সিদ্ধ করিয়া সম্বরা দিবে।

এদিকে অবশিষ্ট অর্দ্ধসের মাংস সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম ধরণে খুরিয়া অর্দ্ধ সিদ্ধ করিবে এবং অর্দ্ধাংশ আদা বাটা, পিয়াজ বাটা ও অর্দ্ধসিদ্ধ ডিমের হরিদ্রাংশ ঐ মাংসে মাখাইবে। এখন এই মসলাদি মাখা মাংসে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র রুটি প্রস্তুত করিবে। রুটি প্রস্তুত হইলে তাহা ঘৃতে ভাজিয়া, গন্ধদ্রব্য বাটা এবং অল্প পরিমাণে মাংসের যূষ দিয়া শুষ্ক প্রলেপেহ পাক করিবে। পাক হইলে নামাইয়া রাখিবে।

পূর্ব্বে যে মাংসের যূষ পাক করিয়া রাখা হইয়াছে, সেই মাংসসহ ঘৃতে চাউল ও দাইল এবং অবশিষ্ট মসলা মিশাইয়া পাক করিবে। অল্প পরিমাণে যূষ থাকিতে থাকিতে রুটি, মাংস ও জাফরাণ বাটা মিশাইয়া ঘৃতে সম্বরা দিয়া দমে বসাইবে। অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলেই দাউদখানি খেচরান্ন পাক হইল। কেহ কেহ আবার পরিবেশনকালে

ডিমের শ্বেত ভাগে লবণ মাখাইয়া ঘৃতে ভাজিয়া খেচরান্নের উপর ছড়াইয়া দিয়া থাকেন।

মোকশ্বর খেচরান্ন।

অতি সুখাদ্য বলিয়া মোকশ্বর খেচরান্ন বিশেষরূপ সমাদৃত। যে নিয়মে এই খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ। মাংস দেড় সের, চাউল আধ সের, সোণামুগের দাইল আধ সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, পিয়াজ আধ পোয়া, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, আস্ত ধনে দেড় তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আদা দেড় তোলা, জাফরাণ বাটা দেড় তোলা, আস্ত মরিচ এক আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংস খণ্ড খণ্ড আকারে কুটিয়া লইবে। তৎপর এই মাংস খণ্ড, আস্ত পিয়াজ, আদা, লবণ এবং জল এক সঙ্গে জালে চড়াইবে এবং মাংস সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া যুষ পৃথক করিবে। আর আদা ও পিয়াজ হইতে মাংস পৃথক করিয়া উহা পুনর্ব্বার যুষে মিশাইয়া লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইবে। এক দুই ফুটিলে জাল হইতে নামাইয়া মাংস ও ঝোল পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে।

এখন মাংসে পিয়াজ বাটা, ধনে বাটা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ, মরিচ চূর্ণ দিয়া পরিমিত ঘৃতে শুক্ন প্রলেহে পাক করিয়া জাফরাণ বাটা মিশাইয়া তাহা দমে বসাইয়া রাখিবে।

অনন্তর পূর্ব্বপ্রস্তুত যূষে চাউল ও দাইল পাক করিবে। পরে তাহাতে অখণ্ড গন্ধদ্রব্য ও মরিচ দিয়া শুক প্রলেহে পাক করিবে। যখন দেখিবে সুপক্ক হইয়া আসিবার উপক্রম হইয়া আসিতেছে, সেই সময় সমুদায় ঘৃত ও দমে স্থাপিত মাংস উহাতে ঢালিয়া দিয়া এক ঘণ্টা তপ্ত অঙ্গারে বসাইয়া রাখিবে। পরে নামাইয়া লইলে মোকশ্বর খেচরান্ন পাক সমাপ্ত হইল।

কট্ খেচরান্ন।

যে যে উপকরণ দ্বারা কট্ খেচরান্ন পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ। মাংস এক পোয়া, চাউল এক পোয়া, ঘৃত আধ সের, সোণামুগের দাইল এক পোয়া, জাফরাণ বাটা এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ দুই আনা, ছোটএলাচ চূর্ণ দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ দুই আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিয়াজ আধ পোয়া, আদা বাটা দেড় তোলা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

মাংস টুকরা টুকরা করিয়া লইবে। পরে উপযুক্ত পরিমাণ ঘৃত আলে চড়াইয়া পিয়াজ ভাজিতে থাকিবে। পিয়াজ ভাজা

হইলে তাহাতে মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে। যখন দেখা যাইবে মাংসের রস বাহির হইয়া শুষ্ক হইয়াছে, তখন তাহাতে ধনে ও আদা বাটা, পরিমিত লবণ এবং জল ঢালিয়া দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে।

এদিকে চাউল ও দাইল জলে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং তাহাতে অবশিষ্ট উপকরণ সমূহ মিশাইয়া মাংসে ঢালিয়া দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া দমে বসাইয়া রাখিবে। অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলেই কট্‌খেচরান্ন পাক হইল।

তৃতীয় পরিচ্ছেদ।

পলান্ন প্রকরণ।

অতি প্রাচীনকাল হইতে এদেশে পলান্ন প্রচলিত আছে। প্রাচীন সংস্কৃত গ্রন্থে পলান্নের নাম এবং রন্ধনপ্রণালী লিখিত দেখিতে পাওয়া যায়। মুসলমানদিগের সময় হইতে পলান্ন এই শব্দের অপভ্রংশ পোলাও নাম প্রচলিত হইয়াছে। পল শব্দে মাংস এবং অন্ন শব্দে ভাত এই দুইটী শব্দ একত্রিত হইয়া (অর্থাৎ মাংস ও অন্ন এক সঙ্গে পাক করা হইয়া থাকে বলিয়া)

পলান্ন শব্দ উৎপন্ন হইয়াছে। প্রথমে মাংস ও চাউল্ এবং নানা-বিধ মসলা সংযোগে পোলাও প্রস্তুত হইত। তদনন্তর মাংসের পরিবর্ত্তে কেবল মৎস্য এবং অবশেষে নিরামিষ পোলাও রন্ধন-প্রথা প্রচলিত হয়। পাকরাজেশ্বর প্রভৃতি গ্রন্থে যে নিয়মে পোলাও রাঁধিবার ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়. এক্ষণে তদ-পেক্ষা নানাবিধ নূতন নূতন নিয়ম প্রকাশিত হইয়াছে। মুসল-মানদিগের রাজত্বকালে এদেশে পলান্ন এবং মাংস প্রভৃতির রন্ধনগত বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। কারণ মুসলমান বাদশাহাগণ অত্যন্ত ভোগবিলাসী ছিলেন, এজন্য রসনা পরি-তৃপ্তির নিমিত্ত অধিক পরিমাণে ঘৃত মসলাদি ব্যবহার দ্বারা উহা যতদূর উপাদেয় হইতে পারে তাহা করা হইয়াছিল। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, পৃথিবীর মধ্যে মুসলমানদিগের খাদ্য মাংসাদি অতি গুরু-পাক এবং যার-পর-নাই উপাদেয়।

ইয়ুরোপীয়দিগের মধ্যেও আজ কাল পোলাও ব্যবহার আরম্ভ হইয়াছে। কিন্তু তাহা অতি সামান্য পরিমিত ঘৃত দ্বারা পাক হইয়া থাকে। ইয়ুরোপীয়দিগের খাদ্যমাত্রেই প্রায় গুরু-পাক করা হয় না; এজন্য উহা অত্যন্ত পুষ্টি-কর এবং সহজে পরিপাক হইয়া থাকে। কালের পরিবর্ত্তনের সঙ্গে সঙ্গে খাদ্যা-দিরও রুচিগত প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। সুতরাং পূর্ব্বের ন্যায় অধিক ঘৃত মসলাদি দ্বারা রন্ধন করিলে যে খাদ্য প্রস্তুত হইয়া থাকে তাহা এক্ষণে অনেকের নিকট আদরণীয় হয় না। এমন কি অনেকে পলান্নের কেবলমাত্র আখ্নির জলে মসলাদি

ব্যবহার করিয়া থাকেন; তদ্ভিন্ন পলান্নের সহিত তেজপত্র, লবঙ্গ প্রভৃতিরও ব্যবহার পরিত্যাগ করিতে দেখা যায়

অনেক প্রকার নিয়মে পোলাও রাঁধিতে পারা যায় এবং রাঁধিবার নিয়মানুসারে উহা লঘু কিম্বা গুরু-পাক হইয়া থাকে। গুরু-পাক খাদ্য প্রস্তুত করিতে হইলে তাহাতে প্রায় ব্যয় অধিক পড়িয়া থাকে।

পলান্ন বা পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ছাগ-মাংস এক সের, ঘৃত অর্দ্ধ সের, গোটা ধনে দুই তোলা, পেশোয়ারি চাউল এক সের, পিয়াজ (ইচ্ছা হইলে ত্যাগ করিতে পারা যায়) আধ পোয়া, আদা দুই তোলা, লবণ আড়াই তোলা, ছোট এলাচ আধ তোলা, দারুচিনি এক তোলা, লবঙ্গ দুই তোলা, কাবাবচিনি আধ তোলা, গোলমরিচ দুই তোলা, সাজীরা দুই আনা, তেজ-পত্র আধ তোলা, জাফরাণ বা হরিদ্রা এক তোলা।

মোগলাই খিচুড়ীতে যেরূপ নিয়মে চাউল ধুইয়া লইবার কথা লিখিত হইয়াছে, পোলাওয়ের চাউলও সেইরূপ নিয়মে পরিষ্কার করিয়া লইতে হয়।

পোলাও রাঁধিবার পূর্ব্বে প্রথমে জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। পিয়াজ, রশুন এবং আদাগুলি বেশ করিয়া খোসা ছাড়াইতে হইবে। খোসা ছাড়ান হইলে উহা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ভাগে

কাটিতে হইবে। পরে ধনে দুই তোলা, পিয়াজ এক ছটাক, রস্থন আধ তোলা, আদা এক তোলা, গোলমরিচ এক তোলা, কাবাবচিনি আধ তোলা, হরিদ্রা (বাটা কিম্বা ছেঁচা) এক তোলা, একখানি কাপড়ে পুটলী করিয়া বাঁধিয়া একটী হাঁড়ি বা ডেক্‌চিতে জলের সঙ্গে সিদ্ধ করিতে হইবে। সেই জলে পূর্ব্বোক্ত মাংসগুলিও ছাড়িয়া দিতে হইবে। হাঁড়ির জলে সমুদায় মসলা এবং মাংসাদি দেওয়া হইলে একখানি সরা দ্বারা ঐ হাঁড়ির মুখ বেশ করিয়া ঢাকিয়া দিয়া জাল দিতে হইবে এবং আন্দাজ এক সের জল থাকিতে থাকিতে উহা নামাইতে হইবে। এই সময় জলের রঙ লাল বর্ণ হইয়া উঠিবে এবং উহা হইতে এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইয়া নাসিকা পরিপূর্ণ করিয়া তুলিতে থাকিবে।

অনন্তর হাঁড়ির জল একখানি পরিষ্কার কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া লইয়া মাংসগুলি স্বতন্ত্র পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। পরে লিখিত ঘৃত হইতে এক ছটাক ঘৃত একটী পাক-পাত্রে করিয়া জালে চড়াইতে হইবে এবং ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে এক তোলা পিয়াজ চাকা চাকা করিয়া কুটিয়া ছাড়িয়া দিতে হইবে। যখন উহার রঙ বাদামী ধরণের হইবে, তখন ঘৃত সমেত পিয়াজগুলি অন্য পাত্রে ঢালিয়া রাখিতে হইবে। পরে আর এক ছটাক ঘৃত জালে চড়াইতে হইবে এবং তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে সেই সময় তাহাতে অর্দ্ধেক পরিমাণ তেজপত্র দিয়া নাড়িতে হইবে। তেজপত্রগুলি আধ ভাজা

হইলে তাহাতে ঐ কাপড়ের ছাঁকা আক্‌নির জল ঢালিয়া দিয়াই নামাইতে হইবে। পুনর্ব্বার আর এক ছটাক ঘৃত জালে চড়াইয়া তাহার ফেণা মরিয়া আসিলে সেই সময় সমুদায় সাজীরা তাহাতে দিয়া আধ ভাজা হইলে ঐ আক্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া সাঁতলাইয়া লইতে হইবে। সাঁতলান হইলে তাহা নামাইয়া আর একটী পাত্রে বেশ করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এক্ষণে পাক-পাত্রে অবশিষ্ট ঘৃত জালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে পূর্ব্বরক্ষিত মাংসগুলি ঐ ঘৃতে ঢালিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে; নাড়িতে নাড়িতে মাংসের যখন বাদামী রং হইবে, তখন গোলমরিচ, কুচি কুচি দারুচিনি, লবঙ্গ, এলাইচ, (একটু ছেঁচিয়া) এবং অবশিষ্ট তেজপত্রগুলি দিয়া পূর্ব্বের ন্যায় নাড়িতে হইবে এবং যখন মাংসের সম্পূর্ণ বাদামী রং হইবে, তখনই পূর্ব্বপ্রস্তুত করা চাউল উহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে চাড়িতে হইবে। চাউলের রং কিছু লাল্‌চে হইলে আক্‌নির জল উহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। জল দেওয়ার পর ঘৃত সমেত ভাজা পিঁয়াজগুলি এবং লবণ উহাতে ঢালিয়া দিয়া একখানি আবরণ অর্থাৎ সরা দ্বারা উত্তমরূপে ঢাকিয়া দিতে হইবে। দুইবার ফুটিয়া উঠিলে ঢাক্‌নি সমেত উনান হইতে নামাইয়া জ্বলন্ত অঙ্গারের উপর ঐ পাত্রটী বসাইতে হইবে। হাঁড়ি বা ডেক্‌চির নীচে যেরূপ জ্বলন্ত অঙ্গার দেওয়া হইবে, সেইরূপ ঐ পাত্রের উপর (অর্থাৎ সরার উপর) জ্বলন্ত অঙ্গার রাখিতে হইবে। পোলাও যদি এরূপ অবস্থায় রাখিতে

"দম" দেওয়া কহে। হাঁড়ির মুখ যদি ভালরূপ ঢাকা না থাকে, অর্থাৎ কোন দিক ফাক থাকে, তাহা হইলে ভাপ বাহির হইবার সম্ভব। ভাপ বাহির হইলে চাউল সুসিদ্ধ হওয়ার ব্যাঘাত জন্মে, এজন্য ঢাকনির চারিধারে একটু ময়দার আঠা করিয়া লেপিয়া দিলে চলিতে পারে। আন্দাজ ১৫ মিনিট এরূপ দমে রাখিলেই উহা সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। ১৫ মিনিট পরে ঢাকনি খুলিলে যদি পোলাওয়ে কিঞ্চিৎ জলের ভাগ থাকে বোধ হয়, তবে পুনরায় ঐরূপ নিয়মে "দমে" বসাইলেই উহা শুষ্ক হইয়া আসিবে। পরিবেশনের সময় একবার সমস্ত পোলাও ওলট পালট করিয়া লইলেই আহারের উপযোগী পোলাও প্রস্তুত হইবে।

পোলাও প্রস্তুত সম্বন্ধে নানা প্রকার নিয়ম আছে। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে রন্ধন করিলে আস্বাদন ও গুণের রূপান্তর হইয়া থাকে। এজন্য আমাদিগের ইচ্ছা, আমরা এক এক প্রকার পোলাও প্রস্তুত করিবার রন্ধন-প্রণালী প্রকাশ করিব এবং পাঠক ও পাঠিকাগণ সেই নিয়মানুসারে রন্ধন করিয়া আত্মীয় স্বজনের রসনার তৃপ্তি-সাধন করিতে পারিবেন।

ইহুদী পোলাও।

দেশীয়গণের মধ্যে অনেকেই ইহুদিজাতির রন্ধন সম্বন্ধে অনভিজ্ঞ। পৃথিবীর মধ্যে যত প্রকার রন্ধন-প্রণালী প্রচলিত

আছে, তন্মধ্যে ইহুদিজাতির রন্ধনের নিয়ম কোন অংশে হীন নহে, বরং কোন কোন বিষয়ে তাঁহারা পৃথিবীর অন্যান্য জাতিকে পরাজিত করিয়াছেন। সুতরাং ইহুদিদিগের উত্তমোত্তম রন্ধনের নিয়ম দেশ মধ্যে প্রকাশ হইলে আমাদের খাদ্যাদির বিশেষ উন্নতি সাধিত হইতে পারে, এই জন্য একটী সহজ পোলাও রাঁধিবার প্রণালী এস্থলে উল্লিখিত হইল।

উপকরণ পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত এক সের, চাউল এক পোয়া, সোণামুগের দাইল এক সের, আলু (চারি চাকা করিয়া) এক পোয়া, জল (গরম) আড়াই সের, লবণ চারি তোলা, সাজীরা আধ তোলা, নারিকেল [illegible] তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, জীরামরিচ বাটা দুই তোলা, আদা বাটা এক তোলা, আদার কুচি এক তোলা, তেজপাতা কুড়িখানি, জাফরাণ আধ আনা, ছোট এলাচ আধভরি, লবঙ্গ আধভরি, দারুচিনি ছয় আনা, মিছরি এক তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, রসুন গোটা এক তোলা, গোলাপী আতর দুই বিন্দু।

রাঁধিবার ব্যবস্থা।—এই পোলাও রাঁধিতে হইলে অগ্রে মাংসগুলি রাঁধিবার উপযোগী করিয়া লইতে হয়। চর্বি ও অস্থি-শূন্য মাংস সমূহ অতি ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র আকারে কুটিতে হইবে, এমন কি উহা ছোলার আকারে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র হইলে ভাল হয়। ইহুদি পোলাওয়ে মাংস যত ক্ষুদ্র করা যায়, ততই উহা অতি সুখাদ্য এবং উপাদেয় হইয়া উঠে। মাংস কুটিয়া লওয়া হইলে মোগলাই খিচুড়ী রাঁধিবার নিয়মানুসারে চাউল ধ

দাইল ধুইয়া শুকাইয়া লইতে হয়। উহা শুষ্ক হইলে একটী হাঁড়িতে এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে মাংস, তেজপত্র, পিঁয়াজ, রস্থন ও আদার কুচি দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এইরূপ অবস্থায় থাকিলে কিয়ৎক্ষণ পরে দেখা যাইবে ঐ মাংস হইতে অধিক পরিমাণে জল বাহির হইয়াছে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত মাংসের জল শুষ্ক হইয়া না আইসে, ততক্ষণ মধ্যে মধ্যে এক একবার ঢাকনি খুলিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর জল শুষ্ক হইলে উহাতে ছোট এলাইচ, দারুচিনি, লবঙ্গ ও জাফ্‌রাণ দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া চাউল, দাইল এবং আলুগুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। হাঁড়ির মধ্যস্থ সমুদায় দ্রব্যগুলি যাহাতে মিশ্রিত হইতে পারে এজন্য এই সময় আর একবার উত্তমরূপ করিয়া নাড়িয়া দিলে ভাল হয়। পরে আধ সের ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিয়া খুন্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, দুই একটী চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় উহাতে সা-জীরা, সা-মরিচ দিয়া একবার নাড়িয়াই সমস্ত বাটা মসলাগুলি ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। বাটা মসলা সমূহ আধ ভাজা হইলে পুনরায় উহাতে আধ পোয়া ঘৃত এবং বাদাম, পেস্তা দিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে আন্দাজ দুই আনা চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় আর বিলম্ব না করিয়া গরম জল ক্রমে ক্রমে উহাতে ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। সমুদায় জল দেওয়া হইলে লবণ

দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যে পর্য্যন্ত চাউল ও মাইশ প্রভৃতি উত্তমরূপ সুসিদ্ধ না হইবে, সেই অবধি মধ্যে মধ্যে এক একবার ঢাকনি খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। এবং সমুদায় সুসিদ্ধ হইলে অপর একটী পাক-পাত্রে অবশিষ্ট ঘৃত চড়াইয়া কিস্‌মিস্‌গুলি অল্প ভাজিয়া উহাতে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় লেবুর রস, মিছ্‌রি পোলাওয়ে ঢালিয়া দিয়া উনান হইতে হাঁড়ি নামাইয়া বেশ করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। নামাইবার দশ মিনিট পরে উহাতে আতর দিয়া আর একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পুনর্ব্বার কুড়ি মিনিট উহা ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর পরিবেশন করিবার সময় উহার সুগন্ধে ভোক্তা-দিগের রসনা ব্যস্ত হইয়া উঠিবে। এই তৃপ্তি-কর উপাদেয় খাদ্য যিনি একবার আহার করিবেন, তাঁহার রসনা চিরদিন ইহুদি পোলাওয়ের নামে নাচিয়া উঠিবে। যদিও এই সকল খাদ্যে কিছু ব্যয় অধিক পড়িয়া থাকে, কিন্তু সকল সময় না হউক, মধ্যে মধ্যে অনেকেই উহা রন্ধন করিয়া ভোজনের পরমানন্দ উপভোগ করিতে পারেন।

মৎস্যের পোলাও।

মৎস্য ও মাংস দ্বারা নানা প্রকার নিয়মে পোলাও প্রস্তুত করিতে পারা যায়। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে রন্ধন করিলে পোলাও-

মের ভিন্ন ভিন্ন রকম আস্বাদন হইয়া থাকে। পোলাও অতি সুখাদ্য। এজন্য সকলেরই উহার রন্ধন-প্রণালী শিখিয়া রাখা আবশ্যক। ভারতবর্ষে অতি প্রাচীন কাল হইতে পলান্ন অর্থাৎ পোলাও রাঁধিয়া আহারের ব্যবস্থা দেখিতে পাওয়া যায়।

আমরা এই প্রস্তাবে মাছের একটী সহজ পোলাও রন্ধন করিবার নিয়ম শিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম।

উপকরণ ও পরিমাণ। মৎস্য খণ্ড (১) দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক পোয়া, আদা ছেঁচা আধ পোয়া, ধনে ছেঁচা আধ পোয়া, তেজপাতা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, গোলমরিচ ছেঁচা এক তোলা, লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা।

পোলাও আদি রন্ধন করিবার পক্ষে যে, পাকা মাচ লাগিয়া থাকে ইহা সকলেরইএনে রাখা আবশ্যক। বড় রকম মাচ মোটা মোটা করিয়া কুটিয়া বেশ করিয়া অধিক জলে ধুইয়া লইতে হইবে। এখন একটী হাঁড়ি অথবা ডেক্‌চিতে আদা, ধনে, মরিচ এবং মাচগুলি রাখিয়া তাহাতে দুই সের পরিমাণ জল ঢালিয়া দিয়া উহার মুখ বন্ধ করিয়া রাখ। উনানে ঐ পাত্রটী চড়াইয়া দিয়া জাল দিতে আরম্ভ কর। যখন দেখা যাইবে যে, জল আধ সের আছে এবং উহার রঙ্গে গোছের রঙ হইয়াছে, তখন তাহা জাল হইতে নামাইয়া রাখ।

(১) রোহিত, মৃগেল ও কাতলা এবং তদভাবে ভেট্‌কী হইলেও মন্দ হয় না।

এখন একখানি পরিষ্কৃত কাপড়ে ঐ আখ্‌নির জল ছাঁকিয়া মৎস্য ও জল পৃথক পৃথক পাত্রে রাখ। এদিকে একটী পাক পাত্রে ঘৃত চড়াইয়া তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া আখ্‌নির জল সম্বরা দাও। এবং একবার ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাইয়া একটী পাত্রে ঢালিয়া রাখ। যে পাত্রে আখ্‌নির জল সম্বরা দেওয়া হইয়াছে, সেই পাত্রটী পরিষ্কার করিয়া তাহাতে আবার ঘৃত চড়াও এবং উহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মৎস্যগুলি সাঁতলাইয়া লও। সাঁতলান হইলে উহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে ভাত রাঁধিবার নিয়মানুসারে পোলাওয়ের চাউল-গুলি ঝাড়িয়া এবং ধৌত করিয়া একটী হাঁড়িতে করিয়া ভাত রাঁধিতে থাক। যখন দেখা যাইবে উহা আধসিদ্ধ হইয়াছে, তখন তাহার জল ছাঁকিয়া সেই অর্দ্ধসিদ্ধ চাউলগুলি আখ্‌নির জলে সুসিদ্ধ করিতে হইবে। অর্থাৎ হাঁড়ি বা ডেক্‌চির তলায় প্রথমে অল্প পরিমাণে গরম ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপত্র সাজাইতে হইবে। এই সময় গন্ধ মসলাগুলি অল্প ছেঁচিয়া অর্দ্ধেক মাচের সহিত এবং অর্দ্ধেক সিদ্ধ চাউলের সহিত মিশাইতে হইবে। এখন ঐ সজ্জিত তেজপত্রের উপর এক থাক মাচ সাজাও এবং তাহার উপর আবার তেজপত্র সাজাও। এইরূপ নিয়মে একবার তেজপত্র এবং একবার অর্দ্ধসিদ্ধ তণ্ডুল সাজা-ইতে সাজাইতে যখন দেখা যাইবে সমুদায় শেষ হইয়াছে, তখন তাহার উপর আখ্‌নির জল, লবণ এবং সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া হাঁড়িটির মুখ একখানি পরিষ্কৃত নেকড়া দ্বারা ঢাকিয়া

দিয়া তাহার উপর সরা চাপা দিয়া তিন কোয়ার্টার অং অঙ্গারের উপর রাখিলেই মাছের পোলাও প্রস্তুত হইল মাছের যে কয়েক প্রকার পোলাও রন্ধন করিবার নিয়ম আছে তন্মধ্যে এই নিয়মটী অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য।

সুপক্ক আম্রের বিষ্ণু-ভোগ।

বিষ্ণু-ভোগ হিন্দুদিগের মধ্যে অতি পবিত্র খাদ্য। দেব সেবায়, বিধবাদিগের ব্যবহারে উহার সমধিক আদর। অতি প্রাচীন কাল হইতে এই উপাদেয় খাদ্যটী ভারতের কোন কোন স্থানে ব্যবহার হইয়া আসিয়াছে। ৺বৃন্দাবন ধাম, মথুরা প্রভৃতি অনেক স্থানেই উহার আদর দেখা যায়। হিন্দুবিধবাদিগের পক্ষে এবং নিরামিষ-ভোজীদিগের ব্যবহারে এরূপ পবিত্র অথচ উপাদেয় রসনা-সুখ-কর পুষ্টি-কর খাদ্য অতি অল্পই দেখা যায় যাঁহারা বিশুদ্ধ হিন্দু-প্রণালী অনুসারে দেব-ভোগ প্রভৃতি কার্য্যে ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহাদিগের নিকট বিষ্ণু-ভোগ একটী আদরণীয় খাদ্য। বিষ্ণু-ভোগ এক প্রকার মিষ্ট পলান্ন বিশেষ। এই পলান্নে মৎস্য কিম্বা মাংস কোন প্রকার আমিষ ব্যবহার হয় না, বৈষ্ণব-ধর্ম্মাবলম্বীগণ বিষ্ণুর ভোগে ব্যবহার করিতেন, বলিয়াই উহার নাম বিষ্ণু-ভোগ হইয়াছে। কোন সময় হইতে এবং প্রথমে ভারতবর্ষের কোন্ স্থানে যে, এই সুখাদ্য পলান্নের ব্যবহার আরম্ভ হয়, তাহার নি[illegible]

জানিবার কোন উপায় দেখিতে পাওয়া যায় না। প্রাচীন আর্য্য-জাতি খাদ্যাদি সম্বন্ধে যে, কিরূপ উন্নতি সাধন করিয়াছিলেন, এই বিষ্ণু-ভোগ আহার করিয়া দেখিলে তাহা সহজেই বুঝিতে পারা যাইবে। যাঁহারা ইংরাজী খাদ্যে অধিক অনুরক্ত, তাঁহারা যেন ইহা একবার ব্যবহার করিয়া দেখেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—পুরাতন মিহি আতপ চাউল এক সের, গো-দুগ্ধ (১) দুই সের, গাওয়া ঘৃত আধ পোয়া, মিছরি আধ পোয়া, আমের রস (২) এক সের, কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, ছোট এলাইচের দানা চারি আনা, দারুচিনি কুচি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, আদার রস একছটাক, জায়ফলের গুঁড়া আধ আনা, কর্পূর এক খান।

প্রথমে পুরাতন আতপ চাউল বেশ করিয়া ঝাড়িয়া বাছিয়া ধৌত করিয়া লইতে হইবে। উহা এরূপভাবে ধৌত করিতে হইবে যেন কোন প্রকার ময়লা না থাকে। অর্থাৎ অধিক পরিমাণ তাজা জলে ধৌত করিতে করিতে যখন চাউল ধোয়া

(১) নির্জ্জলা হইলেই ভাল হয়।

(২) সুমিষ্ট আম্র একখানি পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া রস লইতে হইবে। টক আম হইলে দুগ্ধ নষ্ট হইয়া যাইবে, ইহা যেন মনে থাকে। যাঁহারা দেবসেবা ভিন্ন অপর কার্য্যে ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তাঁহারা আম্রের রস দিবার সময় সেই সঙ্গে দেড় তোলা পরিষ্কার সৈন্ধব লবণ মিশ্রিত করিয়া লইবেন। তাহাতে বিষ্ণুভোগ সমধিক সুস্বাদু হইয়া থাকে।

জল, অন্ত রঙের না হইয়া জলের স্বাভাবিক রঙ দেখা যাইবে, তখন উহা উত্তমরূপ ধৌত করা হইল মনে করিতে হইবে। এই ধৌত চাউলগুলি একখানি পরিষ্কৃত পাত্রে ছড়াইয়া দিয়া বাতাসে শুকাইয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী হাঁড়িতে তিন ছটাক ঘৃত আলে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে, তাহাতে কিস্‌মিস্‌গুলি আধ-ভাজা করিয়া অন্য একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। কিস্‌মিস্ তুলিয়া লইয়া সেই ঘৃতে দারুচিনির কুচি, এলাচের দানা ও লবঙ্গ প্রত্যেকের অর্দ্ধেক পরিমাণ দিয়া ভাজা ভাজা হইলে, তাহার উপর পূর্ব্বপ্রস্তুত চাউলগুলি দিয়া নাড়িতে হইবে। এবং আদার রসও সেই সঙ্গে দিতে হইবে। জালের উপর এইরূপ অবস্থায় নাড়িতে নাড়িতে যখন দেখা যাইবে যে, চাউলের অধিকাংশই চুড় চুড় করিয়া ফুটিতে আরম্ভ হইয়াছে, সেই সময় তাহাতে অল্প অল্প করিয়া গরম দুগ্ধ খাওয়াইতে হইবে, কিন্তু নাড়া বন্ধ করা হইবে না। দুগ্ধ দেওয়া শেষ হইলে একখানি পরিষ্কৃত ঢাকনি দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ বেশ করিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। বিষ্ণু-ভোগ রাঁধিতে হইলে অধিক জ্বাল দেওয়া উচিত নহে, একখানি কাঠের মৃদু-আলে পাক করা আবশ্যক; কারণ অধিক জ্বালে উহা ধরিয়া যাইবার সম্ভব। চাউল সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে আমের রস এবং মিছরি ঢালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া চাড়িয়া পুনরায় পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। এই সময় উনানের জাল

বন্ধ করিয়া পাকপাত্র কেবলমাত্র তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিলেই হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ অবস্থায় থাকিলে উহার রস মরিয়া আসিবে। রস মরিলে কিস্‌মিস্, অবশিষ্ট ছোট এলাচের গুঁড়া এবং সমুদায় ঘৃত দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া পাত্রটী নামাইয়া শীতল স্থানে রাখিতে হইবে এবং এক দণ্ড পরে ঢাকনিটী খুলিয়া জায়ফলের গুঁড়া ও কর্পূর দিয়া আর একবার শিক কাটি দ্বারা নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর অর্দ্ধ দণ্ড পরে ঢাকনি খুলিয়া ভোক্তাদিগকে পরিবেশন করিবে। লিখিতরূপ নিয়মে পাক করিলেই বিষ্ণু-ভোগ প্রস্তুত হইল। আমরা আশা করি এই পবিত্র খাদ্য হিন্দুদিগের মধ্যে অত্যন্ত আদরের সহিত গৃহীত হইবে। এরূপ সুমিষ্ট রসনা-তৃপ্তি-কর খাদ্যের আদর না হওয়াই আশ্চর্য্যের বিষয়।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্র মতে সুপক্ক আম্রের গুণ বর্ণ, রুচি, মাংস, শুক্র ও বল-কারক, পিত্ত-বিরোধী, বায়ু-নাশক, হৃদ্য এবং গুরু।

(২) রাজনির্ঘণ্ট মতে ত্রিদোষশমতাকারী, স্বাদু, পুষ্টি-জনক, তৃপ্তি ও কান্তি-কারক, তৃষ্ণা এবং শ্রম-শমকারক।

(৩) দুগ্ধের সহিত আম্র ভক্ষণ করিলে তাহার গুণ শীতল,

---

(১) বর্ণরুচিমাংসশুক্রবলকারিত্বং পিত্তাবিরোধিত্বং বায়ুনাশিত্বং হৃদ্যত্বং গুরুত্বং। ইতি রাজবল্লভঃ।

(২) অপিচ ত্রিদোষশমতাকারিত্বং স্বাদুত্বং পুষ্টি-জনকত্বং তৃপ্তি-কান্তিকারিত্বং তৃষ্ণাশ্রমশমনত্বঞ্চ।

(৩) দুগ্ধযুক্তাম্র গুণাঃ-শীতলত্বং স্বাদুত্বং গুরুত্বং স্নিগ্ধত্বং তেজঃকফবাতপিত্তহারিত্বং শুক্রযুক্তবলবর্দ্ধকঞ্চ। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

স্বাদু, গুরু, স্নিগ্ধ, ভেদক, বাত-পিত্ত-হারক এবং শুক্র, রক্ত ও বল-বর্দ্ধক।

শাদা পোলাও।

পোলাও রন্ধনের নিয়ম যে একরূপ নহে তাহা পূর্ব্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে। ভোক্তাগণের রুচি অনুসারে নানা প্রণালীতে উহা রন্ধন হইয়া থাকে। আস্বাদনের বিভিন্নতা অনুসারে উহার বর্ণেরও বিভিন্নতা দেখিতে পাওয়া যায়। জরদা, শাদা প্রভৃতি পোলাওয়ের অনেক প্রকার রঙ হইয়া থাকে। এত প্রকার পোলাও আছে যে, তদ্‌সমুদয় এক সঙ্গে লিখিতে হইলে স্বতন্ত্র একখানি বৃহৎ পুস্তক হইয়া উঠে। যে নিয়মে শাদা পোলাও পাক করিতে হয়, এস্থলে তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, গোটা লবঙ্গ দুই আনা, গোটা এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, দধি দেড় পোয়া, মরিচ চারি আনা, পিঁয়াজ (১) এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ তিন তোলা, জল তিন সের।

একটী পুটলিতে গোটাধনে, আদা, পিঁয়াজ বাঁধিয়া

(১) ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করা যাইতে পারে।

হাঁড়ি কিম্বা ডেকচিতে জলের সহিত জ্বাল দিতে হইবে। এই সময় ঐ জলে সমুদায় লবণ এবং মাংসও দেওয়া আবশ্যক। মাংস পুটলিতে না বাঁধিয়া জলের উপর ঢালিয়া দিলেই চলিতে পারে। অন্যান্য পোলাওয়ের রন্ধন সময়ে যে নিয়মে আখ্‌নির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, এই জলও সেই নিয়মে পাক করিয়া অর্দ্ধ সের থাকিতে নামাইয়া লইয়া মাংস এবং আখ্‌নির জল এক ছটাক ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁৎলাইয়া লইতে হইবে।

এদিকে পোলাওয়ের উপযুক্ত ভাল রকম চাউল পরিষ্কৃত করিয়া অন্ন রাঁধিবার নিয়মানুসারে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে।

পূর্ব্বে যে আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, এখন সেই আখ্‌নি হইতে মাংস পৃথক করিয়া লইয়া দধিতে দুই ছটাক পরিমাণ ঐ জল মিশাইয়া তাহা মাংসে মাখিতে হইবে। অনন্তর জীরা ব্যতীত সমুদায় অবশিষ্ট মসলাগুলি ঐ মাংসে ছড়াইয়া দিয়া মৃদু তাপ দিতে হইবে। রস মরিয়া আসিলে তাহাতে জীরা ছড়াইয়া দিয়া উনান হইতে নামাইয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

পূর্ব্বে যে অর্দ্ধ-পক্ক অন্নের কথা বলা হইয়াছে, তাহা মাংস নামান হাঁড়িতে সাজাইয়া তাহার উপর সমুদায় ঘৃত ও অবশিষ্ট আখ্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া রস শুষ্ক না হওয়া পর্য্যন্ত তপ্ত অঙ্গারের উপর দমে রাখিয়া নামাইয়া লইলেই পাক

পোলাও প্রস্তুত হইল। এই পোলাওয়ে জাফরাণ কিম্বা হরিদ্রা আদৌ ব্যবহার হয় না।

আনারসের পোলাও।

প্রিয় পাঠক ও পাঠিকাগণ! একবার এই আনারসের পোলাও রন্ধন করিয়া পরীক্ষা কর, দেখিবে উহা কত মধুর এবং রসনার কেমন উপাদেয়। এমন উৎকৃষ্ট পলান্ন রন্ধন প্রণালী শিক্ষা করা সকলেরই পক্ষে কর্ত্তব্য। যেরূপ নিয়মে আনারসের পোলাও রাঁধিতে হয়, তাহার বিবরণ লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, আনারস দেড় সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চিনি আধ সের, পাতিলেবুর রস এক পোয়া, দারুচিনি (গোটা) চারি আনা, লবঙ্গ (গোটা) চারি আনা, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, আদা ছেঁচা তিন তোলা, ধনে ছেঁচা তিন তোলা, লবণ চারি তোলা, কাল জীরা এক তোলা, জল চারি সের

প্রথমে একটী হাঁড়িতে ধনে, আদা, লবণ তিন তোলা এবং মাংস দিয়া জলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং ঐ জলে যে আখ্‌নি বা যূষ প্রস্তুত হইবে, তাহা এক সের থাকিতে নামাইয়া একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় ছাঁকিয়া লইয়া সিটেগুলি ফেলিয়া দিয়া অর্দ্ধ ছটাক ঘৃতে কালজীরা ফোড়ন দিয়া ঐ

আখ্‌নি মাংসের সহিত সাঁতলাইতে হইবে। সাঁতলান হইলে তাহা উনান হইতে নামাইয়া একটী স্বতন্ত্র পাত্রে মাংস ও আখ্‌নি পৃথক করিয়া ঢালিয়া রাখিতে হইবে।

এদিকে আনারসের ছাল ও চোক বাদ দিয়া খণ্ড খণ্ড আকারে কুটিয়া অবশিষ্ট লবণ মাখাইয়া বেশ করিয়া শীতল জলে ধুইয়া রাখিতে হইবে। এক্ষণে একটী সরু শলাকা দ্বারা তাহার গায়ে ছিদ্র করিতে হইবে। এখন একটী হাঁড়িতে পূর্ব্ব রক্ষিত আখ্‌নির জল ও একসের কুটা আনারস দিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে এবং অর্দ্ধ সের থাকিতে নামাইয়া আনারস ও জল পৃথক করিতে হইবে।

এখন ঐ জলে লেবুর রস ও চিনি দিয়া পানক প্রস্তুত করিতে হইবে। পানকের অর্দ্ধেক পৃথকভাবে স্বতন্ত্র পাত্রে রাখিয়া অপরার্দ্ধে পূর্ব্ব রক্ষিত আধ সের আনারস দিয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে এবং জল মরিয়া গা-মাখা গোছের হইলে তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপে সমুদায় প্রস্তুত করা হইলে, পাক-পাত্রে অবশিষ্ট কালজীরা ছড়াইয়া তাহার উপর গোটা লবঙ্গ প্রভৃতি সমুদায় গন্ধ-মসলাগুলি ও মাংস সাজাইতে হইবে। সাজান হইলে পূর্ব্ব রক্ষিত সিদ্ধ করা আনারসগুলি নিংড়াইয়া তাহার রস দিয়া মৃদু তাপ দিবে, অনন্তর রস শুষ্ক হইয়া আসিলে পোলাওয়ের উপযুক্ত পুরাতন চাউল জলে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া তাহার মাড় গালিয়া ঐ অন্ন, পূর্ব্ব প্রস্তুত মাংস সাজান হাঁড়িতে

নামাইয়া তাহার উপরি আগুনের জল ও ঘৃত দিয়া দমে বসাইতে হইবে। আধ ঘণ্টা পরে উহা নামাইয়া লইতে হইবে। পরিবেশনকালে পূর্ব্বরক্ষিত অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের আনারস পোলাওয়ে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই উহা প্রস্তুত হইল। এখন ভোক্তাগণ উহা আহার করিয়া দেখুন, আনারসের পোলাওয়ের নামে তাঁহার রসনা লোলুপ হইবে কি না।

কমলা লেবুর পোলাও।

কমলা লেবুর দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হইয়া থাকে বলিয়া ইহাকে কমলার বা কমলা লেবুর পোলাও কহিয়া থাকে। কমলার রাঁধিবার নিয়ম এক প্রকার নহে। অনেক প্রকার নিয়মে এবং মসলাদির পরিমাণ তারতম্য অনুসারে এই পলান্ন পাক হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—কমলা লেবুর কোয়া এক সের, ঐ রস আধ সের, চিনি বা মিছ্‌রি আধ পোয়া, চাউল আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, ছোট এলাচের দানা দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ এক আনা, কিস্‌মিস্‌ আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, জাফরাণ চারি আনা, ক্ষীর আধ পোয়া, লবণ এক তোলা, জল এক সের।

প্রথমে এক ছটাক ঘৃতে বাদাম ও পেস্তা ভাজিয়া লও।

পরে তাহাতে কিস্‌মিস্ গুলি ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। অনেকে বাদাম ও পেস্তার সহিত কিসমিস্ ভাজিয়া থাকেন কিন্তু তাহাতে একটী দোষ হয় যে, বাদাম ও পেস্তা ভাজিবার জন্য যে সময় পর্যান্ত আগুনে রাখিতে হয়, সে সময় অবধি রাখিলে কিস্‌মিস্ পুড়িয়া উঠে। কিস্‌মিস্ ভাজার পর ঐ পাক-পাত্রে পুনর্ব্বার আধ পোয়া ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে গরম মসলাগুলি ছাড়িয়া দিয়া আধভাজা হইলে চাউল গুলি ঢালিয়া দাও। পোলাওয়ের চাউল প্রভৃতি যেরূপ নিয়মে প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়, তাহা ইতিপূর্ব্বে অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং তাহা বারবার উল্লেখ করা অনাবশ্যক। ঘৃতে চাউল ঢালিয়া দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে হইবে। এবং দুই একটী চাউল ফুটিতে আরম্ভ হইলে ক্রমে ক্রমে লেবুর রস খাও-য়াইতে থাক। রস খাওয়ানর পর গরম জল ও লবণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দাও। পোলাওয়ে যে, মৃদু তাপ দিতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেই অবগত আছেন। যখন দেখা যাইবে যে, চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবার উপক্রম হইয়াছে, তখন তাহাতে লেবুর কোয়া, বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস, ক্ষীর এবং চিনি প্রভৃতি আর অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া অল্পক্ষণ দমে রাখিয়া নামাইয়া লও, কমলার প্রস্তুত হইল। কমলার এক প্রকার মিষ্ট বা মিঠা পোলাও। উহা অত্যন্ত সুস্বাদ্য। লেবুর দোষে আবার পোলাওয়ের আস্বাদন ভাল মন্দ হইয়া থাকে। লেবু যত উৎকৃষ্ট হইবে, কমলায়ও

যে, সেই পরিমাণে রসনা-তৃপ্তি-কর হইয়া থাকে, তাহা বলা বাহুল্য।

দুগ্ধের কাশ্মীরি পোলাও।

কাশ্মীরি পোলাও দুগ্ধ দ্বারা রন্ধন করিতে হয় বলিয়া উহাকে দুগ্ধের পোলাও কহিয়া থাকে। কাশ্মীর এবং দিল্লী প্রভৃতি স্থান সমূহে এই পোলাও বিশেষ আদরের সহিত ব্যবহৃত হইতে দেখা যায়। কাশ্মীরি পোলাও বাস্তবিক অত্যন্ত সুখাদ্য। ভাল করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে উহার আস্বাদন যে, কতদূর উপাদেয় হইয়া থাকে, যিনি তাহা একবার আহার করিয়াছেন, তিনি কখনই সে আস্বাদন ভুলিতে পারেন না। অন্যান্য পোলাও রন্ধনের নিয়ম অপেক্ষা কাশ্মীরি পোলাও পাকের নিয়মে প্রভেদ দেখিতে পাওয়া যায়। এক্ষণে উহার রন্ধন নিয়ম লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, দুগ্ধ (খাটি) এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, ছোট এলাচ এক তোলা, বড় এলাচ ছয়টা, দারুচিনি এক আনা, লবঙ্গ আধ আনা, জয়িত্রী এক কাঁচ্চা, তেজপত্র এক তোলা, লঙ্কা আটটা, গোটাধনে আধ পোয়া, ছোলার দাইল আধ পোয়া, আদাছেঁচা আধ ছটাক, আদার রস আধ ছটাক, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, জীরা মরিচ এক তোলা, সা-জীরা এক তোলা, সা-মরিচ এক

তোলা, কাবাবচিনি এক তোলা, দধি আধ পোয়া, ক্ষীর দুধ আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, পেস্তা এক ছটাক, কিস্‌মিস্‌ দেড় ছটাক, চিনি এক ছটাক, লবণ পাঁচ তোলা, জল সাড়ে চারিসের মরিয়া দুইসের থাকিবে।

কাশ্মীরি পোলাওয়ের পক্ষে পেশোয়ারি চাউলই একমাত্র প্রশস্ত। উহার অভাবে অন্যান্য পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল নির্ব্বাচন করিয়া লইতে হয়। যে সকল চাউলে অধিক পরিমাণে ঘৃত প্রভৃতি টানিয়া লইতে পারে, সেই সকল চাউলে কাশ্মীরি পোলাও রাঁধিতে হয়, নতুবা লিখিত মসলায় জল টানিয়া লইতে পারিবে না।

অন্যান্য পোলাও পাকে যেরূপ নিয়মে আখ্‌নির জল প্রস্তুত করিয়া লইতে হয়। ইহার জন্যও সেইরূপ নিয়মে জল পাক করিয়া লইতে হইবে। অর্থাৎ ধনে, নারিকেল, আদাছেঁচা, জীরা-মরিচ, সা-জীরা, সা-মরিচ, কাবাবচিনি, লঙ্কা, লবঙ্গ, বড় এলাচ, জয়িত্রী, অর্দ্ধেক তেজপত্র এবং মাংস সমুদায় একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া ডেক্‌চি অথবা হাঁড়িতে উহা চড়াইতে হইবে। এবং তাহাতে নিয়মিত জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া মৃদু জ্বাল দিতে হইবে। প্রবল জ্বালে বারম্বার জল উথলিয়া পড়িয়া থাকে। এজন্য জ্বাল সম্বন্ধে দৃষ্টি রাখা আবশ্যক। উহা অধিকক্ষণ জ্বালে থাকিলে যখন দেখা যাইবে যে, সমুদয় জল মরিয়া দুই সেরমাত্র অবশিষ্ট আছে, আর উহার রঙ লাল্‌চে বর্ণের হইয়াছে এবং ঢাক্‌নি খুলিলে সুগন্ধে নাসিকা বিভোর

করিয়া ফুটিতেছে, তখন আর জাল না দিয়া উহা কেবলমাত্র আগুনের আঁচে বসাইয়া রাখিলেই চলিতে পারে।

এদিকে চাউলগুলি উত্তমরূপ ঝাড়িয়া বাছিয়া দুগ্ধে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইবে যে, চাউলে আর দুগ্ধ টানিতে পারিতেছে না, তখন একখানি পরিষ্কৃত পাতলা কাঁপড়ে ঐ চাউলগুলি একটু ঢিলাভাবে বাঁধিয়া ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, ঐ চাউলের পুঁটলিটী হইতে বিন্দু বিন্দু দুগ্ধ পড়া বন্ধ হইয়া আসিতেছে, তখন তাহা খুলিয়া পুনর্ব্বার বাতাসে ছড়াইয়া দেওয়া আবশ্যক।

বাতাসে চাউলগুলি যে পরিমাণে শুষ্ক হইবার সম্ভব তাহা হইয়া আসিলে, তাহাতে পিঁয়াজবাটা, আদার রস এবং জাফরাণ মাখাইতে হইবে। কেহ কেহ এই সময় ছোট এলাচের অর্দ্ধেক দানাও চাউলে মিশাইয়া দিয়া থাকেন। এখন যে পাত্রে পোলাও রাঁধিতে হইবে, তাহার তলায় এক পোয়া ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তেজপত্র সাজাইতে হইবে এবং তাহার উপর চাউল, বাদাম, কিস্‌মিস্‌ এবং পেস্তা প্রভৃতি এক স্তবক রাখিয়া পুনর্ব্বার তেজপাতা সাজাইয়া পূর্ব্ববৎ চাউল প্রভৃতি স্থাপন করিতে হইবে। এইরূপে যে কয়টী স্তবকে উহা সাজান শেষ হইবে, তাহা শেষ হইলে তিন কড়া অর্থাৎ এরূপ নিয়মে জল দিতে হইবে, যেন চাউলের উপর লম্বভাবে আঙুল স্পর্শ করিলেই তিনটীমাত্র দাগ ডুবিয়া যায়। অনন্তর তাহাতে বসু-

মাত্র লবণ ও আধসের ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ আচ্ছাদন করতঃ মৃদু আগে উহা বসাইতে হইবে এবং চাউল প্রায় সিদ্ধ হইলে কেবলমাত্র দমে পাত্রটী রাখিলেই চলিতে পারিবে। এই সময় দধি, চিনি এবং অবশিষ্ট ঘৃত পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া উহার মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যাঁহারা পোলাও রন্ধনে পটুতা লাভ করিয়াছেন; তাঁহারা পাক-পাত্রটী সাজাইয়া আগে বসাইয়া দেন এবং সুপক্ক হইলেই নামাইয়া লইয়া থাকেন। কিন্তু সকলে সেরূপ নিয়মে পাক করিতে পারে না, এজন্য পাক-পাত্রের চারিধারে সমানরূপ আগ না পাইয়া কতক সুসিদ্ধ হয় ও কতক কাঁচা থাকিয়া যায়। অতএব পাক-পাত্রটী মধ্যে মধ্যে ঘুরাইয়া দিলে এবং চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিবার সময় আস্তে আস্তে ঝাঁকাইয়া লইলে সে আশঙ্কা থাকে না। পোলাও পরিবেশন করিবার সময় তাহাতে অল্পমাত্র গোলাপ জলের ছিটা দিয়া লইলে আরও ভাল হয়।

ছানার নিরামিষ পোলাও।

এদেশে ছানার পোলাও পাক করিবার অনেক প্রকার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে পাক করিলে উহার আস্বাদগত বিস্তর প্রভেদ হইয়া থাকে। যে নিয়মে ছানার পোলাও রন্ধন করিতে হয়, এস্থলে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ছানা দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চিনি আধ পোয়া, নারিকেল কোরা আধ পোয়া, বাদাম দুই ছটাক, পেস্তা দুই ছটাক, কিস্‌মিস্ দুই ছটাক, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, জাফরাণ চারি আনা, সা-জীরা আধ তোলা, সা-মরিচ এক তোলা, ধনে দুই ছটাক, লঙ্কা এক তোলা, মৌরী আধ তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, লবণ চারি তোলা, তেজপাতা কুড়ি খানি, আদা ছেঁচা দুই তোলা, বুটের দাইল এক পোয়া এবং জল তিন সের।

আখ্‌নিতে যে সকল মসলা ব্যবহৃত হইয়া থাকে তৎসমুদায় একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ার পুটলি বাঁধিয়া তিন সের জলে সিদ্ধ কর। যখন দেখা যাইবে দুই সের জল মরিয়া এক সেরমাত্র অবশিষ্ট আছে, তখন তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে।

পোলাওয়ের পক্ষে শক্ত ছানাই প্রশস্ত। এজন্য শক্ত গোছের টাট্‌কা ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া জল বাহির করিয়া তাহা ডুমা ডুমা ধরণে কাটিয়া লও। অনন্তর ঘৃতে ঈষৎ বাদামী বর্ণে ভাজিয়া তুলিয়া রাখ।

এদিকে পোলায়ের উপযুক্ত চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া ধৌত করতঃ বাতাসে শুকাইতে দাও। পরে ঐ চাউলে দুগ্ধ-মিশ্রিত জাফরাণ গোলা ও অল্প ঘৃত মাখাইয়া তাহাতে বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস্, সা-জীরা, সা-মরিচ এবং এলাচের দানা ছড়াইয়া দিয়া মিশাইয়া লও।

এখন ডেক্‌চি কিম্বা হাঁড়ির তলায় সিকি পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপত্র সাজাইয়া সমুদায় চাউল দাও। চাউল দেওয়া হইলে আখ্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া লবণ এবং সিকি পরিমাণে ঘৃত ঢালিয়া দাও। অনন্তর একখানি ঢাকনি দ্বারা হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া মৃদু জ্বালে বসাও। জ্বালে এক্ষ্ফুট ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে ভর্জ্জিত ছানা ঢালিয়া দাও। অল্পক্ষণ জ্বালে থাকিলেই উহা সিদ্ধ হইয়া আসিবে। দুই একটী চাউল টিপিলে যদি দেখা যায়, তাহা প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন নারিকেল কুরা, চিনি এবং অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢাকনি খুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও এবং আস্তে আস্তে একবার কাটি দিয়া নাড়িয়া কিম্বা হাঁড়িটী ঝাঁকাইয়া পোলাও গুলি উপর নীচে করিয়া দাও। অনন্তর হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া পূর্ব্বের ন্যায় দমে বসাইয়া রাখ এবং উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইলেই নামাইয়া লও। ছানার পোলাও পাক হইল।

দধি পলান্ন।

এই পলান্নের আস্বাদন অন্যান্য পোলাওয়ের আস্বাদন হইতে এক প্রকার স্বতন্ত্র। মুসলমানদিগের মধ্যে যে সকল পোলাও প্রচলিত আছে, তৎসমুদায় প্রায়ই গুরু-পাক এবং বহু ব্যয়-সাধ্য। কিন্তু এই পোলাও সেরূপ গুরু-পাক কিম্বা ব্যয়-সাধ্য

নহে, সুতরাং ইচ্ছা করিলে অনেকেই উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। উহার রন্ধন নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক পোয়া, দধি এক পোয়া, পাতিলেবু একটা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা আধ তোলা, তেজপাতা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, মরিচ সাড়ে চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া লইবে। পরে ধনে বাটা প্রভৃতি অন্যান্য মসলার সহিত ঐ মাংসের আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া রাখিবে।

এখন এই আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া ঝোল ও মাংস পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে।

মাংসগুলি এক ছটাক পরিমাণ ঘৃতে সম্বরন দিয়া দুই এক-বার নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া লও।

এদিকে যে পাত্রে পোলাও রাঁধিবে, সেই পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহাতে তেজপাতা সাজাইতে থাক, তেজপাতার উপর জীরাগুলি ছড়াইয়া দাও। আবার তেজপাতার উপর সম্বরন দেওয়া মাংসগুলি সাজাইয়া তাহার উপর গরম মসলা গুলি ছড়াইয়া দাও। এখন এই মসলার উপর চাউল সাজাইয়া রাখ। এস্থলে একটী কথা স্মরণ করা আবশ্যক ;—পোলা-

ওয়ের চাউল প্রস্তুতের যে সকল নিয়ম পূর্ব্বে উল্লেখ করা হইয়াছে, সেইরূপ নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে। চাউল সাজান হইলে তাহার উপর মাংসের বোস অর্থাৎ আখ্নির জল ঢালিয়া মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে থাক। চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে অর্থাৎ অল্প অল্প রস থাকিতে থাকিতে সমুদায় দধি, আদার রস, লেবুর রস এবং অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দাও। অনন্তর তিন কোয়ার্টার তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিলেই পোলাও রন্ধন হইল।

এই দধি পলায়ে যদি কেহ পলাণ্ডু ব্যবহার করিতে ইচ্ছা করেন, তবে অন্যান্য পোলাওয়ে পিয়াজ দেওয়ার যেরূপ নিয়ম লিখিত হইয়াছে, সেই নিয়মে উহা ব্যবহার করিবেন। আমাদের বিবেচনায় দধি পোলাওয়ে আদৌ পিয়াজ ব্যবহার না করাই ভাল।

সহজ হেসায়।

পলায় ও খেচরান্ন হইতে হেসায় রন্ধনে সামান্য প্রভেদ লক্ষিত হইয়া থাকে। হেসায়ের আস্বাদন পোলাওয়ের ন্যায়; তবে পোলাও রন্ধনে যেরূপ ব্যয় পড়ে এবং যেরূপ আয়োজন করিতে হয়, হেসায়ে সেরূপ করিতে হয় না; যে নিয়মে হেসায় রন্ধন করিতে হয়, নিম্নে তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ছোলার দাইল এক পোয়া, বাদাম দুই তোলা, কিস্‌মিস্‌ চারি তোলা,

পেস্তা দুই তোলা, ছোট এলাচ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, গোলমরিচ দেড় তোলা, আদা দুই তোলা, ধনে তিন তোলা, কালজীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, জাফরাণ দুই আনা, পিয়াজ * চারি তোলা, ঘৃত এক পোয়া, ক্ষীর আধ পোয়া, চিনি আধ পোয়া, লবণ দুই তোলা। *

পোলাও রন্ধনের উপযুক্ত চাউল হইলেই হেয়াম ভাল হয়। তবে তাহার অভাবে অন্যান্য রকম সরু চাউল দ্বারা প্রস্তুত করিতে হয়। চাউলগুলি ভাল করিয়া ঝাড়িয়া বাছিয়া লইতে হইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে মাংস, ধনে, আদা, পিয়াজ, মরিচ, কালজীরা এবং লবণ জলের সহিত জালে সিদ্ধ করিতে থাকিবে। সিদ্ধ করিবার সময় যে, পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দেওয়া আবশ্যক তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন। অধিক্ষণ জালে থাকিলে উহার এক প্রকার লাল্‌ছে ধরণের রঙ হইবে এবং তাহা হইতে এক প্রকার গন্ধও নির্গত হইবে, মাংসের যখন ঐরূপ অবস্থা হইবে, তখন তাহাতে আর জাল না দিয়া কেবলমাত্র আগুনের আঁচে পাত্রটী রাখিলেই চলিতে পারিবে।

পূর্ব্বে যে চাউল ঝাড়িয়া বাছিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা বেশ করিয়া ধুইয়া অন্ন-পাকের নিয়মানুসারে অধিক জলে পাক করিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ হইয়াছে,

* ইচ্ছা হইলে পরিত্যাগ করিতে পারা যায়।

তখন তাহা আগ হইতে নামাইয়া মাড় গালিয়া ফেলিতে হইবে। এখন পূর্ব্বরক্ষিত-উষ্ণ জলে (মাইনাদি সিদ্ধ জলে) ঐ অর্দ্ধ সিদ্ধ তণ্ডুল সুসিদ্ধ করিতে হইবে। এদিকে অন্য একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া তাহার উপর তেজপাতা সাজাইয়া লইতে হইবে। তেজপত্র সাজান হইলে ঐ অন্নের সহিত সমুদায় গন্ধদ্রব্য, বাদাম, কিস্‌মিস্ এবং পেস্তা জড়াইয়া দিয়া সেই অন্ন তেজপত্র সজ্জিত পাত্রে ঢালিয়া দিতে হইবে। এই পাত্রটী যে আগুনের আঁচে বসাইয়া অন্ন ঢালিয়া দিতে হইবে, তাহা যেন মনে থাকে।

অনন্তর ক্ষীর ও চিনি এবং জাফরাণ বাটা অবশিষ্ট ঘৃতে গুলিয়া ঐ অন্নে ঢালিয়া দিয়া অতি সাবধানে সমুদায় অন্নগুলি উল্টাইয়া দিতে হইবে। অধিক নাড়া চাড়া হইলে ভাত কাদার মত হইবার সম্ভব। উহা কাদার ন্যায় হইলে আহারে তত সুখ-জনক বোধ হয় না; অন্ন কিম্বা পোলাও এরূপ হওয়া উচিত;—উহা উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইবে অথচ আস্ত আস্ত থাকিবে, কেহ কাহার গায়ে জড়াইয়া লাগিবে না। পাচকগণ এই সময় একটু দৃষ্টি রাখিলেই এ বিষয়ে কোন প্রকার আশঙ্কা থাকে না। সে যাহা হউক অল্পক্ষণ উহা দমে রাখিয়া নামাইয়া লইতে হইবে। এই প্রস্তুত অন্নকে হেমায় কহিয়া থাকে।

হেমায়কে এক প্রকার নিরামিষ পোলাও বলিলেও বড় দোষ হয় না। বিশুদ্ধ হিন্দুমতে উহা পাক করিতে হইলে পিয়াজ, ব্যবহার না করিয়া পাক করিতে হইবে।

তেঁতুলের পোলাও।

অম্লমধুর আস্বাদন জন্য এই পোলাও অত্যন্ত সুখাদ্য। উহা এরূপ সুখাদ্য যে, একবার আহার করিলে সর্ব্বদা আহারে প্রবৃত্তি জন্মে। যে নিয়মে তেঁতুলের পোলাও পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, তেঁতুল আধ পোয়া, চিনি আধ পোয়া, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ চারি আনা, গোলমরিচ এক তোলা, দারুচিনি চারি আনা, পিঁয়াজ আধ পোয়া, আদা তিন তোলা, ধনে তিন তোলা, কালজীরা এক তোলা, কিস্‌মিস্ এক পোয়া, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসগুলি আদা, পিঁয়াজ এবং ধনের সহিত জল দিয়া জালে চড়াও। অধিকক্ষণ জাল পাইলে মাংসাদি বেশ সিদ্ধ হইয়া জলের একপ্রকার রঙ হইবে। এই সময় একটী কথা মনে রাখা উচিত,—মাংসাদি যেন পৃথক পৃথক কাপড়ে পুটলি করিয়া বাঁধিয়া দেওয়া হয়।

মাংস সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া মাংস এবং সেই জল একত্র কর। এখন একটী পাক-পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দাও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ জল সম্বরা দাও। জলে একটু ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাও, নামাইয়া মাংস ও জল পৃথক কর।

যে ঝোল বা আখ্‌নি পৃথক করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে তেঁতুল ও চিনি গুলিয়া পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লও। উহা ছাঁকিয়া পুনর্ব্বার জ্বালে চড়াও এবং একটী বলক উঠিলে নামাইয়া রাখ।

মাংস এবং আখ্‌নি যেমন প্রস্তুত করিয়া লইতে হইবে, সেইরূপ পোলাওয়ের চাউলও রন্ধনের উপযুক্ত করিয়া লওয়া আবশ্যক। অন্যান্য পোলাওয়ে যেরূপ চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে এবং তাহা যেমন পরিষ্কার করিয়া লইতে হয়, এই পোলাওয়ে ঠিক্ সেইরূপ চাউল পরিষ্কার করিবে। এবং চাউলগুলি অধিক অর্থাৎ তাজা জলে দুই তিনবার ধুইয়া লইবে। তদনন্তর অন্ন-পাকের নিয়মানুসারে উহা জ্বালে চড়াইবে। জ্বালে অর্দ্ধসিদ্ধ হইলে, তদ্দ্বারা পোলাও রাঁধিতে হইবে।

পূর্ব্বে যে মাংস ও ঝোল পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখা হইয়াছে, তদ্দ্বারা এখন কিরূপ কার্য্য করিতে হইবে, তাহা পাঠ কর।

একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াও এবং তাহাতে দুই ছটাক ঘৃত দিয়া তাহার উপর কাল্‌জীরা ছড়াইয়া দাও। এখন এই জীরার উপর মাংস এবং যাবতীয় অখণ্ড মসলা ও লবণ সাজাইয়া তাহাতে চারি চামচা যুষ বা পূর্ব্বপ্রস্তুত আখ্‌নির জল দিয়া মৃদু জ্বালে পাত্রটী স্থাপন কর। জ্বালে ঐ ঝোল শুষ্ক হইয়া আসিলে তখন তাহাতে অর্দ্ধ সিদ্ধ অন্ন (মাড় গালিয়া) ঢালিয়া দিবে। আর পূর্ব্বে যে যুষ প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা ঐ অন্নের উপর ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে এবং

উহা একবার আগে ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রের মুখের ঢাকনি খুলিয়া সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া আবার মুখ বন্ধ করিবে; এই সময় আর জ্বাল না দিয়া উহা কেবলমাত্র দমে রাখিবে।

পরিবেশনকালে ভর্জ্জিত কিস্‌মিস্‌গুলি পাক-পাত্রস্থ পোলাওয়ে ছড়াইয়া দিয়া আস্তে আস্তে উহা একবার উল্টাইয়া লইবে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে তেঁতুলের পোলাও পাক হইল। এখন উহা আহার করিয়া দেখ বাস্তবিক তেঁতুলের পোলাও রসনার আদর পাইবার যোগ্য কি না।

এই পোলাও মৃত্তিকা কিম্বা কলাই করা পাত্র ব্যতীত পিত্তল পাত্রে রন্ধন করিলে আহারে ব্যাঘাত জন্মে।

আনারসের পোলাও।

(দ্বিতীয় প্রকরণ।)

আনারসের দ্বারা যেরূপ নিয়মে পলান্ন পাক করিতে হয়, এ প্রস্তাবে তাহা লিখিত হইতেছে। অম্লমধুর আস্বাদ জন্য এই পোলাও অত্যন্ত উপাদেয়। সুপক্ক আনারস দ্বারাই অতি উৎকৃষ্ট পলান্ন প্রস্তুত হইয়া থাকে। পাকের নিয়ম নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, আনারস দেড় সের, চিনি তিন পোয়া, পাতিনেবুর রস আধ পোয়া, দারুচিনি (অখণ্ড) ছয় আনা, লবঙ্গ (অখণ্ড) চারি আনা, ছোট এলাচ (অখণ্ড)

ছয় আনা, আদা তিন তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা আধ ভরি, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে আনারসের খোসা ও চোক ছাড়াইয়া তাহা খণ্ড খণ্ড করিয়া কুটিতে হইবে। পরে সেই প্রত্যেক খণ্ড শলাকা দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র ছিদ্র করিতে হইবে। অনন্তর তাহা উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে জল দিয়া জালে চড়াইবে এবং তাহার উপর বাঁশের চেয়াড়ি সাজাইয়া তাহাতে একসের পরিমিত আনারস স্থাপন করিবে। জালে উহা সিদ্ধ হইলে আনারসগুলি পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিবে এবং ঐ জলে চিনি ও লেবুর রস মিশাইয়া পানক প্রস্তুত করিবে। এখন এই পানকের কিঞ্চিৎ পৃথক পাত্রে তুলিয়া রাখিয়া অবশিষ্ট অর্দ্ধ সের আনারস খণ্ড ঢালিয়া দিয়া জালে চড়াইবে। অল্প পরিমাণ রস থাকিতে থাকিতে উহা নামাইয়া লইবে।

এখন মাংস খণ্ড, আদা, ধনে, লবণ এবং জল একটী পাত্রে মুখ ঢাকিয়া জালে চড়াইবে। খানিকক্ষণ জালে থাকিলে যখন দেখা যাইবে, মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়াছে এবং জলের লাল্‌চে রং হইয়া সুগন্ধ নির্গত হইতেছে, তখন তাহা নামাইবে এবং মসলাদি পৃথক করিয়া মাংস ও যুষ বা আখ্‌নি পৃথক্ কোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে।

এদিকে পাক-পাত্রে কালজীরা চড়াইয়া তাহার উপর মাংস ও আনারস পর্য্যায়ক্রমে থরে থরে সাজাইবে। আর পূর্ব্বে যে কিঞ্চিৎ

পানক পৃথক করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে মাংসের যুষ মিশাইয়া পূর্ব্বসিদ্ধ করা একসের আনারসের রস নিংড়াইয়া মিশাইবে। এখন সিদ্ধ করা মাংস আর একবার আলে চড়াইয়া তাহাতে এই প্রস্তুত করা আনারসের রস দুই চামচা পরিমাণে দিয়া একবার ফুটিয়া উঠিলে নামাইয়া লইবে।

এইরূপে আনারস ও মাংসাদি প্রস্তুত হইলে, চাউলগুলি অন্ন পাকের নিয়মানুসারে অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া লইবে। পোলাওয়ের জন্ত চাউলাদির যেরূপ ব্যবস্থা পূর্ব্ব পূর্ব্ববারে কথিত হইয়াছে, সেইরূপ করিতে হইবে। সুতরাং তাহার আনুপূর্ব্বিক উল্লেখ অনাবশ্যক। অর্দ্ধসিদ্ধ চাউলের মাড় গালা হইলে তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত যুষ ঢালিয়া দিয়া সুসিদ্ধ করিয়া লইবে। উহা সিদ্ধ হইবার উপক্রম হইয়া আসিলে তাহাতে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে এবং বেশ সুসিদ্ধ হইলে নামাইয়া লইবে। পরিবেশন সময়ে পোলাওয়ের উপর অবশিষ্ট অর্দ্ধসের আনারস খণ্ড ছড়াইয়া দিবে। ভোক্তাগণ এই পোলাও একবার আহার করিয়া দেখিবেন, তাঁহাদিগের রসনা উহার নামে নাচিয়া উঠে কি না।

হিন্দুস্থানী শাহী পোলাও।

মৎস্য দ্বারা এই পোলাও প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে শাহী পোলাও কহিয়া থাকে। রন্ধন পারিপাট্যে অনেক সময় মাংসের

পোলাও অপেক্ষা মৎস্য পোলাও সুখাদ্য হইয়া থাকে। নানা প্রকার নিয়মে এই পোলাও পাকের নিয়ম প্রচলিত আছে। অদ্য হিন্দুস্থানী শাহী পোলাও রন্ধনের নিয়ম লিখিত হইল। হিন্দুস্থানী পোলাওয়ে প্রায়ই অগ্রে চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া তদ্দ্বারা পোলাও রন্ধন করিলে উহার তত উৎকৃষ্ট আস্বাদ হয় না। তবে এই প্রকার নিয়মে রন্ধন করিলে ঘৃত অধিক না দিলেও তত ক্ষতি বোধ হয় না আর অধিক ঘৃত দিলেও চাউলে উহা টানিতে পারে না। ফলতঃ অল্প ঘৃতে রন্ধনের পক্ষে অগ্রে চাউল সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া লওয়াই বিশেষ সুবিধা। সে যাহা হউক, এক্ষণে শাহী পোলাওয়ের রন্ধন পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ধৌত মৎস্য খণ্ড (ভাজা) দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক পোয়া, আদা আধ পোয়া, ধনে আধ পোয়া, তেজপাতা দুই তোলা, মরিচ সওয়া তোলা, ছোট এলাচ ছয় আনা, দারুচিনি ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, কিস্‌মিস্‌ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

আদা, ধনে, এবং মরিচ একসের জল দিয়া আখ্‌নি তৈয়ারি করিয়া লও। জল প্রস্তুত হইলে তাহা এক পোয়া থাকিতে নামাইয়া ঘৃতে অর্দ্ধেক লবণ ফোড়ন দিয়া যোগ সম্বরণ কর।

এদিকে জলে পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেল। এখন আর একটী পাক-পাত্রে অল্প ঘৃত ঢালিয়া তাহাতে তেজপাতা দিয়া উহার উপর অখণ্ড গন্ধ-মসলা ও বাদাম, কিস্‌মিস্‌ এবং মৎস্য সাজাও। প্রথম এই মসলা সাজান স্তবকের উপর অন্ন সাজাও। এইরূপে পর্য্যায়ক্রমে অন্ন ও মৎস্যাদি সাজাইয়া সর্ব্বশেষে সমুদায় আখ্‌নির জল ও ঘৃত উপরে ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। পাক-পাত্রের মুখ ঢাকা হইলে পাত্রটী দমে বসাইয়া দাও। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই হিন্দুস্থানী মাছী পোলাও রন্ধন হইল।

খেচরপলান্ন।

খিচুড়ী ও পোলাও উভয়বিধ রন্ধনের উপকরণ লইয়া পাক হইয়া থাকে বলিয়া এই খাদ্যদ্রব্যের নাম খেচরপলান্ন হইয়াছে। খেচরপলান্ন বাস্তবিক অতি উপাদেয় খাদ্য। উহার রন্ধন নিয়ম প্রায় পোলাও পাকের ন্যায়। যে নিয়মে রন্ধন করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল আধ সের, কাঁচা মুগের দাইল আধ সের, ঘৃত আধ সের, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, কালজীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, মরিচ এক পোয়া, লবঙ্গ আট আনা, গন্ধ দ্রব্য বার আনা, লবণ পাঁচ তোলা।

প্রথমে মাংসের আখ্‌নি, প্রস্তুত করিয়া ঝোল ছাঁকিয়া লও। পরে ঝোল ও মাংস এক সঙ্গে লবণ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া মাংস ও ঝোল পুনর্ব্বার পৃথক পাত্রে রাখ।

এদিকে চাউল ও দাইল ঘৃতে ভাজিয়া লও। পোলাওয়ে যেরূপ চাউল ব্যবহার হইয়া থাকে, সেইরূপ চাউল দ্বারা পাক করিতে হইবে। ভাজিবার সময় দুই একটী চাউল চুড়্‌চুড়্‌ করিয়া উঠিলে তাহাতে আখ্‌নির জল ঢালিয়া দিয়া সুসিদ্ধ করিয়া লইতে হইবে।

চাউল সুসিদ্ধ হইলে পাক-পাত্রে কিঞ্চিৎ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহাতে তেজপাতা ও জীরা সাজাইতে থাকিবে এবং তাহার উপর এক থাক গন্ধ দ্রব্য ও মাংস সাজাইবে। এই-রূপে থাকে থাকে তেজপাতা, জীরা এবং মাংস প্রভৃতি সাজা-ইয়া তাহার উপর আখ্‌নির জলে সুসিদ্ধ অন্ন সাজাও। এই-রূপে যে কয় থাক হয়, সাজাও। সমুদায় থাক সাজান হইলে তাহার উপর ঘৃত ও লবণ দিয়া তপ্ত অঙ্গারে দমে রাখ। দম হইতে নামাইয়া লইলেই খেচরপলান্ন পাক হইল। পরি-বেশনের সময় উত্তমরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া লইতে হইবে।

মাংসের পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ছাগমাংস চারি সের, ঘৃত এক সের, লবণ আধ পোয়া, বাদাম এক

পোয়া, আদা এক পোয়া, লবঙ্গ আড়াই তোলা, গুজরাটি এলাচ দুই তোলা, দারুচিনি এক তোলা, ধনে আধ পোয়া, জীরা আধ তোলা, মরিচ চূর্ণ দুই তোলা, সর সহিত দধি আধ সের, লেবুর রস আধ পোয়া, তেজপত্র দশখানি, লঙ্কা ইচ্ছামত।

প্রথম চাউলগুলি ধুইয়া ভিজাইয়া রাখিবে এবং মাংসগুলিও উত্তমরূপে ধৌত করিয়া লইবে, তৎপরে ছয় সের পরিমিত জল আলে চড়াইয়া তাহাতে ধনিয়া কাপড়ে বান্ধিয়া ও আদা ছেঁচিয়া ঐ জলে দিয়া জাল দিতে হইবে, দ্বিতীয় পাত্রে চারিতোলা ঘৃত আলে চড়াইয়া পাকা হইলে দুই চারিটী ছোট এলাচ দানা ঐ ঘৃতে দিয়া তাহাতে মাংসগুলি ছাড়িয়া দিয়া কিঞ্চিৎ ভাজা হইলে নামাইতে হইবে এবং ঐ জল চারি সের থাকিতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখিতে হইবে।

ভাজা মাংসগুলি একটী পাক-পাত্রে করিয়া আলে চড়াইয়া ঐ ছাঁকা জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জাল দাও; মাংস সুসিদ্ধ হইলে নামাইয়া জল হইতে পৃথক্ করিয়া রাখ। তৎপরে দধির সহিত মরিচ চূর্ণ মিশ্রিত করিয়া ঐ মাংসে দিয়া রাখিয়া দাও। অনন্তর অর্দ্ধেক লবণ, অর্দ্ধেক লবঙ্গ চূর্ণ, গুজরাটি চূর্ণ, জীরা চূর্ণ, লেবুর রসের সহিত মিশ্রিত করিয়া পূর্ব্ব-রক্ষিত আখ্‌নির জল অর্দ্ধেকের সহিত মাংসে ঢালিয়া দাও এবং অন্য পাত্রে তাবৎ ঘৃত আলে চড়াইয়া পাকা করিয়া আসিলে তেজপত্র ও ইচ্ছামত লঙ্কা দিয়া তাহা ভাজা হইলে ঐ জলের সহিত মাংস দিয়া জাল দাও। জল শুষ্ক হইয়া

আসিলে নামাও এবং বাদাম বাটিগুলি কিঞ্চিৎ দধির সহিত মিশাইয়া ঐ মাংসে মিশ্রিত করিয়া পাত্রসহ অলস্ত অঙ্গারের উপর রাখ। তৎপরে বাকী অর্দ্ধেক ঘৃত অবশিষ্ট লবণ দিয়া আলে চড়াইয়া ভিজান চাউলগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দাও। চাউল অর্দ্ধস্ফুটিত হইলে কাপড়ে কিম্বা অন্য কোন পাত্রে করিয়া উত্তমরূপে জল নিঃস্মরণ করিয়া লইয়া চাউলগুলি মাংসের সহিত মিশাইয়া দিয়া তৎক্ষণাৎ দারুচিনি চূর্ণ দিয়া পাত্রের মুখ একখানি ঢাকনি দ্বারা ঢাকিয়া তাহার চতুঃপার্শ্বে ময়দা দ্বারা বন্ধ করিয়া অর্দ্ধ ঘণ্টাকাল অলস্ত অঙ্গারের উপরে রাখ; কিন্তু পাক আরম্ভাবধি ঢাকনি দ্বারা ঢাকিয়া পাক করিতে হইবে। প্রথম হইতে ঢাকনির চতুঃপার্শ্বে ময়দা দ্বারা বন্ধ করিতে হইবে না।

চাইনিজ্ পলান্ন।

চাইনিজ্ পলান্ন পাকের নিয়ম অতি সহজ, ইচ্ছা করিলে প্রত্যেক ব্যক্তিই উহা পাক করিয়া আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি সাধন করিতে পারেন। অতএব এই পোলাও রন্ধনের সহজ নিয়মটী জানিয়া রাখা অতীব আবশ্যক।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, দধি এক পোয়া, ধনে দুই তোলা, আদা চারি তোলা, মরিচ আট আনা, গরুদ্রব্য আট আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাফরাণ দুই আনা, লবণ চারি তোলা।

পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল কাড়িয়া বাছিয়া লও। চাউলের দোষে পোলাও মন্দ না হয় ইহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকার মনে থাকে।

চাউল যেমন পরিষ্কার করিয়া রাখিয়াছ, সেইরূপ ধনে প্রভৃতি মসলা পরিষ্কার করিয়া লও। এখন একটী পাত্রে মাংসগুলি ধনেবাটা এবং জলের সহিত আগে চড়াও। আগে পাক-পাত্রের মুখ যে ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক তাহা যেন মনে থাকে। যখন দেখিবে মাংস বেশ সিদ্ধ হইয়াছে, তখন দধির সহিত আদাবাটা গুলিয়া ঢাকনি খুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও এবং পূর্ব্ববৎ পুনর্ব্বার ঢাকিয়া রাখ। ফুটিতে থাকিলে তাহাতে মরিচের গুঁড়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ এবং জাফরাণ বাটা ঢালিয়া দাও।

একদিকে চাউলগুলি অল্প উনানে আধসিদ্ধ করিয়া অল্প রস থাকিতে থাকিতে মাংসের পাত্রে ঢালিয়া দাও। ছয় মিনিট জালের পরে উহাতে ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর দমে রাখ।

অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই চাইনিজ্ পলান্ন প্রস্তুত হইল।

কমলান্ন।

কমলা লেবু দ্বারা প্রস্তুত হয় বলিয়া এই পলান্নকে কমলান্ন কহে। কমলান্ন আহারে অতি সুখাদ্য। ভোক্তাগণ এক

বার আহার করিয়া দেখিবেন কমলাপুরি কি প্রকার সুমধুর। যে নিয়মে উক্ত পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, চিনি পাঁচ ছটাক, পাতি লেবুর রস এক পোয়া, আদা এক পোয়া, দধি দুই ছটাক, কমলা লেবু চারিটা, পাতি লেবু একটা, ধনে দুইতোলা, কালজিরা দুই তোলা, গন্ধ-দ্রব্য আট আনা, লবঙ্গ চারি-আনা, লবণ চারি তোলা।

কমলা লেবুর খোসা ছাড়াইয়া শস্য গোলক ও খোসা পৃথক কর। পরে তাহাতে লবণ মাখ। ছুরীর আগা দিয়া তাহার চতুর্দিকে ছিদ্র করিয়া ও দধি মাখিয়া দুই দণ্ড রাখ। পরে শীতল জলে ধুইয়া নির্ম্মল উষ্ণ জলে ফেলিয়া একবার কিয়ৎক্ষণ জ্বাল দিয়া জল মুছিয়া ফেল। পুনর্ব্বার অল্প জল ও কিঞ্চিৎ পাতি লেবুর রসের সহিত একবার ফুটাইয়া রস মুছিয়া ফেল। পুনর্ব্বার অল্প জলে চারি তোলা চিনি ও পাতি লেবুর রস দিয়া উহা জ্বাল দিয়া লেবু গোলকগুলি তুলিয়া একখানি পাত্রে রাখ।

এখন এক পোয়া চিনির একতার বন্ধ রস করিয়া তাহাতে কমলা লেবুর খোসার খণ্ডগুলি সিদ্ধ করিয়া অপর পাত্রে রাখ।

এদিকে মাংসখণ্ডগুলি আদা, লবণ ও ধনের সহিত একত্রে সিদ্ধ করিয়া আখনি হইলে পর কাপড়ে ছাঁকিয়া ঝোল ও মাংস পৃথক কর। ঝোল, ঘৃত লবঙ্গ ও ছোট এলাচ দিয়া সম্ভার করিয়া তাহাতে কমলালেবুর খোসা গুলি দিয়া রাখ।

চিনির রস ও অবশিষ্ট পাতিলেবুর রস একত্রে মিশ্রিত করিয়া উহাতে প্রস্তুত কমলা ও খোসা সমস্ত দিয়া তাপ দ্বারা ফুটাইয়া রাখ।

চাউল জলে অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া মাংসের ঝোলে সুসিদ্ধ কর।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া তাহার উপর মৌরী ছড়াইয়া সমুদায় মাংস ও এক ছটাক আখ্‌নির জল দাও। ঐ আখ্‌নির জল তাপে শুষ্ক হইলে মাংসের উপর সমুদায় অন্ন স্থাপন কর। ছয় মিনিট তাপ দেওয়ার পর অবশিষ্ট সমস্ত ঘৃত দিয়া আচ্ছাদন দাও ও তপ্তাঙ্গারে রাখ। পরিবেশনকালে পোলাওর উপর কমলার কোয়া ও খোসা দিবে। মিষ্ট জাতীয় সুপক্ক কমলা হইলে যে, আস্বাদন অপেক্ষাকৃত মধুর হয়, তাহা বোধ করি সকলেই অবগত আছেন।

লোকমা পোলাও।

চচরাচর যে নিয়মে পোলাওয়ের রন্ধন হইয়া থাকে, ইহার রন্ধন-নিয়ম তাহা অপেক্ষা অনেকটা বিভিন্ন। মুসলমান রাজাদিগের সময় এদেশে লোকমা পোলাওএর ব্যবহার আরম্ভ হয়। উহা যে অত্যন্ত সুখাদ্য তাহা বলা বাহুল্য। সাধারণ প্রচলিত পোলাও অপেক্ষা যদিও ইহাতে ব্যয় অধিক পড়িয়া থাকে, কিন্তু আহারের সময় যেরূপ রসনার তৃপ্তি জন্মে, তাহাতে ব্যয়-বাহুল্য মনে হয় না। লোকমা পোলাও অত্যন্ত গুরু-পাক

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস দুই সের, চাউল এক সের, ঘৃত এক সের, ময়দা দুই ছটাক, ছোলার ছাতু এক ছটাক, ডিম একটা, বাদাম এক পোয়া, পেস্তা এক পোয়া, কিস্‌মিস্ এক পোয়া, আদা দুই ছটাক, ধনে চারি তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপত্র এক তোলা, মরিচ এক তোলা, ছোট এলাচ আট আনা, গন্ধ মসলা বার আনা, লবণ দুই ছটাক।

প্রথমে একসের মাংসে অর্দ্ধেক মরিচ, অর্দ্ধেক আদা ও অর্দ্ধেক ধনে দিয়া আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লও এবং চাউলগুলি পাত্রান্তরে অর্দ্ধসিদ্ধ করিতে দাও। আখ্‌নির জল ও মাংসখণ্ডগুলি এক ছটাক ঘৃতে এলাচ ফোড়ন দিয়া সন্তলন করিয়া জল ও মাংস পৃথক করিয়া রাখ। চাউল অর্দ্ধ-সিদ্ধ হইলে মাড় গালিয়া ফেলিয়া উহা আখ্‌নির জলে সুসিদ্ধ কর। পাক-পাত্রে তেজপাতা বিছাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও। তাহার উপর মাংসখণ্ডগুলি দিয়া সিকি ভাগ আস্ত গন্ধ মসলা ছড়াইয়া দাও। তাহার উপর পূর্ব্বোক্ত অন্ন ও পুনরায় সিকি আস্ত গন্ধমসলা দিয়া একবার তাপ দাও। তাহার পরে ঐ পাক-পাত্র তপ্ত অঙ্গারে স্থাপন করিয়া অন্নের উপর এক পোয়া ঘৃত ঢালিয়া দাও।

ইত্যবসরে একসের মাংস সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম করিয়া কুটিয়া আধ পোয়া ঘৃতে এলাচ ফোড়ন দিয়া সন্তলন করিয়া আদা ও মরিচ বাটা গন্ধ দ্রব্য অর্দ্ধেক দিয়া শুষ্ক ব্যঞ্জনের পাক কর।

ঝোল থাকিতে থাকিতে আধ পোয়া ঝোল পৃথক করিয়া রাখ। ময়দা, ছাতু, ডিমের শ্বেতাংশ, অবশিষ্ট আদা, গন্ধ দ্রব্য চূর্ণ, এক ছটাক ঘৃতে ভাজা বাদাম ও পেস্তা (চারি তোলা ভাজা বাদাম ভিন্ন করিয়া রাখ) এই সমস্ত একত্রে পেষণ করিয়া তদ্দ্বারা টুলি প্রস্তুত করিয়া তন্মধ্যে এক একটী বা দুই দুইটী কিস্মিস্ পূরিয়া ছোট ছোট বড়া নির্ম্মাণ করিয়া আখনের ঘৃতে ভাজ; অবশিষ্ট এক ছটাক ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া তাহাতে পূর্ব্ব রক্ষিত ঝোল সন্তলন করিয়া উহাতে ঐ বড়া বা টুলি অর্পণ করিয়া একবার তাপ দিয়া নামাও। পরিবেশনকালে পূর্ব্বোক্ত শুষ্ক প্রলেহ, বড়া ও বাদাম ভাজা এবং অবশিষ্ট কিস্মিস্ পলান্নের উপর দিবে। এখন আহার করিয়া দেখ, লোকসা পলান্ন এত পরিশ্রম ও ব্যয় করিয়া পাক করা সফল হইল কি না।

হাব্‌সি পলান্ন।

ইহাও মুসলমানদিগের দ্বারা এদেশে প্রচলিত হয়। বাস্তবিক পোলাও রন্ধন ও তাহার ব্যবহার মুসলমান জাতি দ্বারা সমধিক পারিপাট্য ও গুণপনার সহিত প্রকাশিত হইয়াছে। আমরা আশা করি ভোক্তাগণ এই হাব্‌সি পোলাও একবার আহার করিয়া দেখিবেন, উহা আহারে কতদূর উপযুক্ত।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, বেদানার দানা এক পোয়া, ঘৃত আধ সের, চিনি আধ সের, সুপারি কুচ তিন তোলা, অখণ্ড দারচিনি চারি

আনা, অখণ্ড এলাচ চারি আনা, অখণ্ড লবঙ্গ চারি আনা, অখণ্ড মরিচ আট আনা, অখণ্ড পলাণ্ডু এক পোয়া, আদা খণ্ড দেড় তোলা, গোটা ধনে দেড় তোলা, কালজীরা চারি আনা, কিস্‌মিস্‌ তিন তোলা, বাদাম তিন তোলা, পাতিলেবুর রস একটী, লবণ চারি তোলা।

প্রথমে খণ্ড খণ্ড মাংস, অখণ্ড ধনে, আদা খণ্ড ও লবণ জলসহ সিদ্ধ করিয়া যূষ প্রস্তুত কর। ঐ যূষ মাংস সহ ছাঁকিয়া পৃথক করিয়া মাংস ও যূষ পৃথক পৃথক পাত্রে রাখ। পরে পাক-পাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তদুপরি মাংস সাজাইবে এবং বেদানার রস নির্গত করিয়া সুপারি ভস্মের সহিত একটী পাতিলেবুর রস ও চিনি সেই সঙ্গে মিশাইয়া যূষে ঢালিয়া দিবে। এখন এই যূষের দুই চামচা লইয়া মাংসে মাখিয়া তাপে শুষ্ক কর।

এদিকে চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া তাহার মণ্ড অর্থাৎ ফেণ গালিয়া পুনর্ব্বার প্রস্তুত করা যূষে সুসিদ্ধ কর। সুসিদ্ধ অন্নে সমুদায় মাংস ঢালিয়া দিয়া একবার তাপের উপর রাখিবে। এই সময় বাদাম ও কিস্‌মিস্‌ ঘৃতে ভাজিয়া উহাতে দিয়া অবশিষ্ট ঘৃতসহ পাক-পাত্র দমে রাখিবে। অনন্তর নামাইয়া লইলেই হাণ্ডি পলান্ন পাক হইল। পরিবেশনকালে পাক-পাত্রটী এরূপভাবে ঝাঁকাইয়া লইবে যেন পাক-পাত্রস্থ অন্ন, মাংস এবং বাদামাদির বেশ মিশামিশি হইতে পারে।

খাসা পলান্ন।

এই পলান্নে ঘৃতের পরিমাণ অল্প ব্যবহৃত হইয়া থাকে। খাসা পলান্ন অন্যান্য পোলাও অপেক্ষা আস্বাদনে কোন অংশে হীন নহে। খাসা পলান্নের রন্ধন প্রণালী পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত এক পোয়া, দারুচিনি চারি-আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা-খণ্ড আধ তোলা, আদার রস এক তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা চারি আনা, দধি এক পোয়া, মরিচ আট আনা, পাতিলেবু একটা, লবণ সাড়ে সাত তোলা।

একখানি পরিষ্কৃত বস্ত্রে খণ্ড খণ্ড পিয়াজ, আদা এবং ধনে পুটলি বাঁধিয়া রাখ। এখন একটী হাঁড়ি বা ডেক্‌চিতে পরিমাণ মত জল দিয়া সেই জলে মাংসগুলি এবং ঐ পুটলিটী স্থাপন করিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দাও। অতঃপর মৃদু জালে পাক-পাত্রটী বসাইয়া রাখ।

জালে মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে পাত্রটী জাল হইতে নামাইয়া মাংস ও ঝোল পৃথক পৃথক পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে।

এখন অন্য একটী পাক-পাত্রে মাংস সাজাইয়া তাহার উপর সমুদায় মসলা সাজাইয়া দিবে। এই মসলার স্তবকের উপর ধৌত চাউল স্থাপন করিয়া তাহার উপর পূর্ব্বরক্ষিত মাংসের ঝোল ঢালিয়া দিয়া মৃদু জাল দিতে থাকিবে। জালে

চাউল অর্দ্ধসিদ্ধ হইলে এবং বুদ্ বুদ্ থাকিতে থাকিতে সমুদায় দধি, লেবুর রস, আদার রস এবং লবণ বস্ত্রে ছাঁকিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। এই সময় অর্দ্ধেক পরিমাণ ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। অনন্তর তীব্র জ্বাল না দিয়া পাক-পাত্র দমে বসাইয়া রাখিবে এবং অন্ন বেশ সুসিদ্ধ হইলে অবশিষ্ট ঘৃত পোলাওয়ের উপর ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া লইলেই খাসা পলান্ন পাক হইল। এখন ভোক্তাগণ উহার আস্বাদন বুঝিতে পারিবেন, খাসা পলান্ন রসনায় আদর পাইবার যোগ্য কি না।

পীতবর্ণের পোলাও।

ভাল করিয়া রং ফলাইতে পারিলে এই পোলাওয়ের বর্ণ ঠিক সোণার ন্যায় হইয়া থাকে। পীতবর্ণ পলান্ন কেবলমাত্র যে, দেখিতে নয়নানন্দ-কর তাহা নহে, রসনায়ও অতি উপাদেয়। অন্যান্য পোলাও রন্ধন অপেক্ষা উহার রন্ধন নিয়ম কিছুমাত্র কঠিন নহে। অতএব মনে করিলে প্রত্যেক পাচক ও পাচিকা এই পোলাও পাক করিতে সমর্থ হইবেন, তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ঘৃত আড়াই পোয়া, চিনি তিন পোয়া, পেষিত জাফরাণ ছয় আনা, কিস্মিস্ এক পোয়া, চক্রাকৃতি পলাণ্ডুখণ্ড আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া।

প্রথমে চিনির পানক প্রস্তুত করিয়া তাহাতে কিয়ৎ পরিমাণ সেবিত জাফরাণ ও ঘৃত মিশ্রিত করিবে। আর পূর্ব্বে যে, চক্রাকৃতি পিয়াজ কুটিয়া রাখা হইয়াছে, এক্ষণে তাহা এবং বাদাম ও পেস্তাদি ঘৃতে বাদামী রঙে ভাজিয়া অন্ত একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিবে।

এদিকে পোলাওয়ের চাউলগুলি উত্তমরূপে ধৌত করিয়া অধিক জলে অর্দ্ধসিদ্ধ করতঃ তাহার মাড় গালিয়া ফেলিবে। উত্তমরূপে মাড় গালা হইলে ঐ অর্দ্ধসিদ্ধ চাউলে অবশিষ্ট জাফরাণ বাটা মাখাইয়া পাক-পাত্রে স্থাপন করিবে। অনন্তর পূর্ব্বপ্রস্তুত পানক চাউলে ঢালিয়া দিয়া সমুদায় ঘৃত ও ভর্জ্জিত পিয়াজ এবং পেস্তাদি তাহার উপর দিয়া দমে রাখিবে। দমে বেশ সুসিদ্ধ হইলে উহা নামাইয়া লইলেই পীতবর্ণের পোলাও পাক হইল।

ভোক্তার রুচি অনুসারে কেহ কেহ আবার বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্ ঘৃতে ভাজিয়া পরিবেশনকালে পোলাওয়ের উপর ছড়াইয়া দিয়া আহার করিয়া থাকেন। রন্ধন সময় অথবা আহারকালে লবণ ব্যবহার করিলেই চলিতে পারে।

পীতবর্ণের পোলাও রন্ধনে জাফরাণই যে, একমাত্র রঙের কারণ তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। অতএব ভালরকম রংদার জাফরাণ না হইলে উত্তমরূপে রঙ ফলিবে না তাহা যেন মনে থাকে।

দুগ্ধ-পলান।

(প্রকারান্তর।)

এই পলান্ন অতি উপাদেয় সুখাদ্য। একবার আহার করিলে উহার আস্বাদন ভুলিতে পারা যায় না। দুধের পোলাও পাকের নিয়ম অতি সহজ। যেরূপে উহা পাক করিতে হয়, তাহার নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—দুগ্ধ দুই সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চাউল এক সের, মাংস এক সের, বাদাম আধ পোয়া, কিস্‌মিস্‌ এক পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, তেজপাতা আধ তোলা, মরিচ আট আনা, গন্ধদ্রব্য আট আনা, মিছ্‌রি এক তোলা, লবণ তিন তোলা।

কোর্ম্মা প্রস্তুতের নিয়মানুসারে অর্ধ পোয়া ঘৃত ও সমস্ত মসলার সহিত মাংসের কোর্ম্মা রন্ধন করিয়া ঢাকিয়া রাখিবে।

এক্ষণে চাউলগুলি দুগ্ধে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া পাত্রান্তরে রাখিয়া দিবে। তৎপরে একটী পাক-পাত্রে আধ পোয়া ঘৃত দিয়া পাকাইয়া তাহাতে পেস্তা, বাদাম ও কিস্‌মিস্‌গুলি বাদামী বরণে ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিবে। এক্ষণে উদ্বৃত্ত ঘৃত সমেত পাত্রটী নামাইয়া তাহাতে তেজপত্র উত্তমরূপে সাজাইয়া দিয়া স্তরে স্তরে মাংস ও অন্ন সাজাইয়া অবশিষ্ট ঘৃত এবং ভাজা পেস্তা ইত্যাদি ও মিছ্‌রির গুঁড়া উপরে ছড়াইয়া মুখ ঢাকিয়া একঘণ্টাকাল দমে বসাইয়া রাখিবে।

পরিবেশনকালে একবার উত্তমরূপে উল্টাইয়া পাল্টাইয়া পরিবেশন করিবে।

পুরী-পলান্ন।

মাংস দুই সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, বাদাম আধ পোয়া, কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, পেস্তা আধ পোয়া, ময়দা দুই ছটাক, আদা এক ছটাক, ডিম একটা, ধনে চারি তোলা, সা-জীরা এক তোলা, তেজপাতা এক তোলা, মরিচ এক তোলা, গন্ধ মসলা এক তোলা, জাফ্‌রাণ চারি আনা, লবণ আট তোলা।

আখ্‌নি প্রস্তুতের নিয়মানুসারে এক সের মাংসের আখ্‌নি পাক করিয়া মাংস ও যূষ পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে। এখন ছোট এলাচের দানা ঘৃতে ফোড়ন দিয়া মাংস ও যূষ পৃথক্ পৃথক সম্বরন করিয়া ভিন্ন ভিন্ন পাত্রে রাখিবে। অনন্তর পাক-পাত্রে তেজপাতা সাজাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও। দুই আনা আন্দাজ গন্ধদ্রব্য মাংসের সহিত মিশাইয়া তাহার উপর সাজাইয়া রাখ। এদিকে চাউল জলে অর্দ্ধসিদ্ধ করিয়া পরে মাংসের যূষে সুসিদ্ধ করিয়া উহাতে দুই আনা গন্ধদ্রব্য মিশাইয়া উহাও ঐ মাংসের উপর এক থাক সাজাও; এই-রূপে থাক থাক সাজানর পর পাঁচ মিনিট তাপ দিয়া পরে এক পোয়া ঘৃত দিয়া এক ঘণ্টা তপ্ত অঙ্গারে দমে বসাইবে।

এদিকে অবশিষ্ট এক সের মাংস সুন্দরভাবে ধুইয়া আধ পোয়া ঘৃত ও অন্যান্য মসলা উপযুক্ত পরিমাণে লইয়া এলেহ পাক কর। এখন ঐ এলেহ বাটিয়া ডিমের শ্বেতাংশ, ময়দা এবং উপযুক্ত লবণের সহিত মিশাইয়া দল। দলা হইলে লেচি পাকাইয়া পাঁপরের মত পাতলা পাতলা ছোট ছোট রুটী বেল; বাদাম ও পেস্তা ঘৃতে ভাজিয়া কিস্‌মিসের সহিত বাট; এই বাটা দ্রব্য দুইখানি রুটির মধ্যে লাগাইয়া ঐ দুই রুটির পাশ মুড়িয়া দাও। এইরূপ যে কয়খানি পুরী প্রস্তুত হয়, তাহা অবশিষ্ট ঘৃতে ভাজ।

পরিবেশনকালে পলান্নের উপর এই পুরী এক একখানি দাও। লিখিত নিয়মে পাক করিলে পুরীপলান্ন প্রস্তুত হইল।

চমকার।

চমকার বা চনকার এক প্রকার পোলাও বলিলেই হয়, ইহা অতি সুখাদ্য অথচ সহজ উপায়ে প্রস্তুত হইয়া থাকে।

যেরূপ চাউলে পোলাও পাক করিতে হয়, সেইরূপ চাউল অন্নরন্ধনের নিয়মানুসারে অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া লইবে।

এদিকে আলু বা পোলাওয়ের উপযুক্ত মৎস্য ঘৃতে ভাজিয়া লইতে হইবে। উহা এরূপ ভাজা আবশ্যক যেন লাল লাল বরণের হইয়া উঠে।

অনন্তর অন্নের মাড় গালিয়া সেই বসনরে অন্ন, ভাতভাজার নিয়মানুসারে ঘৃতে ভাজিতে হইবে এবং ভাজার সময় তাহাকে

আলু কিম্বা মৎস্য (পূর্ব্বপ্রস্তুত) ঢালিয়া দিতে হইবে। রুচি অনুসারে কেহ কেহ অন্ন ভাজিবার সময় তাহাতে কিঞ্চিৎ গোলমরিচের গুঁড়াও ছড়াইয়া দিয়া থাকেন।

এইরূপে ভর্জ্জিত অন্নের সহিত আলু কিম্বা মৎস্য মিশান হইলে আর একটী পাক-পাত্র ঘৃত সমেত জালে চড়াইয়া তাহাতে তেজপত্র এবং ছোট এলাচের দানা দিয়া সম্বরা দিতে হইবে। ঘৃত এরূপ নিয়মে দিতে হইবে যেন অন্নগুলি বেশ মাখা মাখা হয়। এই সময় আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক, অবশ্য কেহ কেহ এই সময় সম্বরা না দিয়া অন্ন ভাজিবার সময় একেবারে সম্বরার কাজ সারিয়া লইয়া থাকেন। ফলতঃ পাচক কিম্বা পাচিকা ইচ্ছানুসারে এই উভয়বিধ নিয়মের মধ্যে যে কোন প্রকার নিয়ম অবলম্বন করিতে পারেন।

অনন্তর জাল হইতে নামাইবার সময় তাহাতে ছোট এলাচ, দারুচিনি, লবঙ্গ এবং তেজপত্রবাটা দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই চমৎকার প্রস্তুত হইল। যে সকল মসলার কথা লিখিত হইল তৎসমুদায়ের পরিমাণ অধিক হইলে কিম্বা মসলা দেওয়ার পর অনেকক্ষণ জালে থাকিলে আস্বাদন মন্দ হইয়া উঠিবে।

পোলাওয়ের ন্যায় পূর্ব্বে অর্থাৎ ভাজিবার সময় লবণ দিতে পারা যায় কিম্বা আহারের সময়ও লবণ মাখিয়া খাইতে চলিতে পারে। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, আ

করিয়া রাঁধিতে পারিলে পোলাও অপেক্ষা চমৎকার রসনার সমধিক তৃপ্তিকর হইয়া থাকে।

চোলাও।

পোলাওয়ের ন্যায় চোলাও অতি সুখাদ্য। পোলাও মৎস্য ও মাংস দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে কিন্তু চোলাওতে ঐ সকল ব্যবহার হয় না। নিম্নলিখিত উপকরণ দ্বারা চোলাও পাক হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, লবণ এক ছটাক, লবঙ্গ এক তোলা, ছোট এলাচ এক তোলা, সা জীরা এক তোলা, চিনি এক ছটাক, সাদা মরিচ দেড় তোলা, তেজপত্র আধ তোলা, দধি এক পোয়া, দধির সর আধ পোয়া, আদা ছেঁচা এক ছটাক, জল তিন সের।

এখন সমুদায় আদা এবং অর্দ্ধেক পরিমাণ মসলা পৃথক পৃথক কাপড়ে ঢিলাভাবে পুটুলি বাঁধিয়া একটী হাঁড়ি অথবা ডেকচিতে জলের সহিত সিদ্ধ কর। আগে জল লাল বর্ণ হইলে নামাইয়া রাখ।

এদিকে অপর আর একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত আলে চড়াও এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা ও লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক। উহা আধ ভাজা হইয়া আসিলে তাহাতে চাউল (চাউলগুলি পোলাওয়ের ন্যায় ধৌত আবশ্যক) ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর। অধি-

কারণ চাউল ফুটিয়া উঠিলে পূর্ব্বোক্ত মসলার জল ছাঁকিয়া তাহাতে ঢাকিয়া দাও এবং উহার সহিত দধি ও দধির সর, লবণ, চিনি এবং অবশিষ্ট মসলা দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া জ্বাল দিতে থাক। এই সময় একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক; অর্থাৎ পোলাও রাঁধিতে যে পরিমাণে আখ্‌নির জল দিতে হয়, মসলার জলও সেই পরিমাণ দিবে। আগে জল মরিয়া আসিলে আচ্ছাদন খুলিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ও চিনি দিয়া পুনরায় মুখ বন্ধ করিয়া দমে বসাইয়া রাখিবে। রস শুকাইলে নামাইয়া আহার করিয়া দেখ পোলাও কেমন রসনার আনন্দ বর্দ্ধন করিবে।

বিরিয়ানী।

প্রথমতঃ—কিয়ৎ পরিমাণে মাংস লইয়া টুকরা টুকরা করিয়া কাটিয়া লও। এখন একটী সরু শলাকা দ্বারা ঐ টুকরাগুলি ছিদ্র ছিদ্র কর। পরে উপযুক্ত পরিমাণ আদার রস, দধি এবং লবণ মাখিয়া মাংসগুলি দুই ঘণ্টা পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখ।

দুই ঘণ্টা পরে আবশ্যকমত গোলমরিচ, সা-জীরা, ছোট-এলাচ এবং লবঙ্গ দধিতে চন্দনের মত বাটিয়া পূর্ব্বোক্ত মাংসে মাখাইয়া তাহাতে পুনর্ব্বার কিয়ৎ পরিমাণে দধি দিবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে কিঞ্চিৎ ঘৃত দিয়া তাহার উপর এক থাক চাউল সাজাও। চাউলের উপর পূর্ব্বরক্ষিত এক থাক মাংস সাজাও। এইরূপে পরিমাণমত চাউল ও মাংস

সাজাইয়া রাখ। মাংস ও চাউল এরূপ নিয়মে সাজাইবে যেন কম কিম্বা বেশী না হয়।

এদিকে আর একটী পাত্রে মাংস ও চাউলের উপযুক্ত ঘৃত জালে চড়াইয়া পাকাইয়া লও এবং তাহাতে লবঙ্গ ও ছোট এলাচের দানা আধভাঙ্গা করিয়া ঘৃতের সহিত উহা চাউল ও মাংস সাজান পাত্রে ঢালিয়া দাও। এখন উহাতে উপযুক্ত-মত জল দিয়া পাক-পাত্রের মুখ আচ্ছাদন করতঃ ময়দা দিয়া আঁটিয়া দাও।

বিরিয়ানী পাকে অঙ্গারের জাল প্রশস্ত। অন্যূন এক ঘণ্টা জালে রাখ। অর্থাৎ পাক-পাত্রের নিকট কাণ পাতিলে যখন জানা যাইবে অন্ন শব্দ হইতেছে, তখন অপেক্ষাকৃত অল্প আঁচে দমে রাখিবে। পরে তাহা নামাইয়া লইলেই বিরিয়ানী পাক হইল।

চাউলের পরিবর্ত্তে অর্দ্ধসিদ্ধ অন্নেও বিরিয়ানী পাক হইতে পারে। কিন্তু আধকাঁচা ভাতে যে, ঘৃত প্রভৃতির পরিমাণ অল্প লাগে এবং জল আদৌ দিতে হয় না তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারেন।

মিষ্টপাকে পীতবর্ণ অন্ন।

নানা উপায়ে অন্ন পাকের প্রথা প্রচলিত দেখিতে পাওয়া যায়। সাধারণতঃ যে নিয়মে অন্ন পাক হইয়া থাকে তাহা

সকলেই অবগত আছেন (১)। সুতরাং তাহা উল্লেখ না করিয়া মিষ্টপাকে পীতবর্ণ-বিশিষ্ট অন্ন কি নিয়মে পাক করিতে হয় তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চাউল এক সের, বাতাসা বা ভাল চিনি আধ পোয়া, ঘৃত আধ সের, জাফরাণ দুই আনা।

আপ দহীম চাউলে যে, এই অন্ন পাক করা আবশ্যক তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। কারণ যে পরিমাণে ঘৃতের উল্লেখ করা হইয়াছে, পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল ভিন্ন উহা কখনই টানিতে পারে না। অতএব যে সকল চাউলে পোলাও পাক হইয়া থাকে, সেইরূপ চাউল উত্তমরূপ ঝাড়িয়া এবং ধুইয়া অন্নপাকের নিয়মে জালে চড়াইবে। এদিকে পরিমিত জলে জাফরাণ ও বাতাসা গুলিয়া উষ্ণ ঘৃতে তাহা মিশাইয়া খুব নাড়িতে থাকিবে এবং অন্ন অর্দ্ধসিদ্ধ হইলে তাহার মাড় বা ফেন গালিয়া ফেলিবে। অনন্তর বাতাসা ও জাফরাণ মিশ্রিত ঘৃতে তাহা ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। আগুনের আঁচে অল্পক্ষণ থাকিলেই রস শুষ্ক হইয়া অন্ন উত্তম-

(১) চাউল দেবে যত তত।
জল দেবে তার তিন তত॥
ফুট্‌লে পরে ভাতে কাঠি।
তারপর দেবে আলে ভাটি॥

উপরিলিখিত প্রবাদটী মনে রাখিয়া অন্ন পাক করিলে সহজেই অন্ন রন্ধন করা যাইতে পারে।

রূপ সুসিদ্ধ হইবে। অনন্তর তাহা দম হইতে নামাইয়া লই-লেই আহারের উপযোগী হইল।

আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি দমের অবস্থায় উহাতে কিছু ছোট এলাচের দানা, বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্‌ মিশাইলে আস্বাদন ঠিক মিঠা পোলাওয়ের ন্যায় হইয়া থাকে। অভ্যাগত ব্যক্তিকে হঠাৎ পোলাও আহার করাইতে হইলে এইরূপ পাক করিলে চলিতে পারে।

খয়বরী জেরবিরিয়ান।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস দুই সের, চাউল একসের, ঘৃত দুই সের, দধি দুই ছটাক, আদা এক ছটাক, মরিচ দুই ছটাক, ধনে এক ছটাক, কালজীরা এক তোলা, তেজপত্র দুই তোলা, গন্ধদ্রব্য এক তোলা, লবঙ্গ চারি আনা, জাফরাণ তিন আনা, লবণ আট তোলা।

মাংসখণ্ডগুলিতে আদার রস ও লবণ মাখিয়া সেক্ষণ্ডা রাখ। পরে এলাইচ, ধনে ও জাফরাণ বাটা এক ছটাক দধির সহিত গুলিয়া ঐ মাংসে পুনর্ব্বার মাখ।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া খণ্ড খণ্ড দারুচিনি ও জীরা ছড়াইয়া তাহার উপর সমস্ত মাংস ঢালিয়া দাও। উহার উপর লবঙ্গ ছড়াইয়া পরে দেড় সের ঘৃত ছড়াইয়া দাও। পরে চাউলগুলি অবশিষ্ট দধির সহিত মিশ্রিত করিয়া ঐ

মাংসের উপর সাজাইয়া রাখ। পাক-পাত্রে আচ্ছাদন দিয়া ময়দা দ্বারা চারিদিক বন্ধ করিয়া একখানি কাঠের আঞ্চ দাও। দধির জল শুষ্ক হইয়া কেবল ঘৃতের শব্দ উঠিলে অগ্নি-কণ কিঞ্চিৎ অধিক পরিমাণে তাপ দিয়া পঁয়তাল্লিশ মিনিট অঙ্গারের উপর রাখ। পরে আচ্ছাদনী তুলিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ছড়াইয়া দিয়া পুনর্ব্বার পূর্ব্ববৎ আচ্ছাদন দিয়া দেড় ঘণ্টা রাখ। অনন্তর উহা আহার করিয়া দেখ, এই খাদ্য কেমন মুখ-প্রিয়।

নুরমহলি জের্ বিরিয়ান।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংসখণ্ড এক সের, চাউল এক সের, দধি এক পোয়া; ঘৃত এক পোয়া, ময়দা এক পোয়া, ছোলার দাইল দুই ছটাক, তেজপত্র আধ ছটাক, আদা চারি তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা এক তোলা, মরিচ এক তোলা, গন্ধদ্রব্য চারি আনা, লবঙ্গ দুই আনা, জাফরাণ এক আনা, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসে লবণ ও আদার রস মাখিয়া তিন কোয়ার্টার পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিবে। পরে দধি মাখিয়া পুনর্ব্বার কুড়ি মিনিট রাখিবে। অনন্তর পাক-পাত্রে ঘৃত চড়াইয়া ফোড়ন দিয়া ঐ মাংস সাঁতলাইয়া লইবে। সাঁতলানর পর ধনেবাটা জলে

[illegible]

এদিকে অন্য একটী পাক-পাত্রে চাউলগুলি অর্দ্ধসিদ্ধ হউক ও তৃতীয় পাত্রে ছোলার দাইল সিদ্ধ কর।

চতুর্থ পাত্রে তেজপত্র সাজাইয়া তাহার উপর জীরা ছড়াইয়া দাও। পরে উহার উপর (প্রথম পাত্রের জল শুষ্ক হইয়া মাংস সিদ্ধ হইয়াছে তার) ঐ মাংস লইয়া প্রথমতঃ এক থাক সাজাও। তাহার উপর মরিচ ও গরমমসলা ছড়াইয়া দাও। উহার উপর পুনরায় পূর্ব্ববৎ তেজপত্র সাজাইয়া তাহাতে জীরা ছড়াইয়া দাও। অনন্তর দ্বিতীয় পাত্র হইতে কিঞ্চিৎ মাড়ের সহিত কেবলমাত্র সিদ্ধ চাউল লইয়া উহার উপর আর এক থাক সাজাও। এইরূপ পর্য্যায়ে মাংসাদি ও তণ্ডুলাদির যত থাক হইতে পারে সাজাও। কতক চাউলে কিঞ্চিৎ ঘৃত ও জাফরাণ মাখিয়া ঐ সাজান থাকের এক পার্শে দাও ও তৃতীয় পাত্র হইতে সিদ্ধ ছোলার দাইল লইয়া অপর পার্শে দাও। এইরূপে থাক সাজান হইলে ঐ সাজান দ্রব্য সকলের উপর একখানি সূক্ষ্ম ছিদ্রযুক্ত ঝাঁঝ্‌রী দ্বারা ঘৃত বর্ষণ কর। পরে ঐ সমস্ত ঘৃতাক্ত দ্রব্য একখানি বড় রুটি দ্বারা আচ্ছাদন করিয়া তাহার চারি পাশ ময়দা দিয়া এরূপ আঁটিয়া দাও যেন তাপ নির্গত না হয়। এইরূপে ছয় মিনিট তাপ দেওয়া হইলে ঐ আচ্ছাদনের উপর কোন ভারি দ্রব্য চাপাইয়া দুই দণ্ড তপ্তাঙ্গারের উপর রাখ। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলেই দুরমহলি খের্‌বিরিয়ান পাক হইল।

মৎস্যান্ন।

পলান্নের ন্যায় ইহাও এক প্রকার উপাদেয় খাদ্য। মৎস্য ও অন্ন দ্বারা পাক হয় বলিয়া ইহাকে মৎস্যান্ন কহিয়া থাকে। রোহিত, কাতলা প্রভৃতি বড় জাতীয় মৎস্যে উহা পাক করিতে হয়। মৎস্য সুস্বাদু হইলে উহারও আস্বাদন উত্তম হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ধৌত মৎস্যখণ্ড এক সের, চাউল এক সের, ময়দা এক পোয়া, ঘৃত এক পোয়া, লবণ পাঁচ তোলা, দধি দুই ছটাক, আদার রস এক ছটাক, ধনে দুই তোলা, গন্ধদ্রব্য আট আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাফ্রাণ এক আনা।

মাচগুলি বড় বড় ধরণে চাকা চাকা করিয়া কুটিয়া লইয়া তাহাতে অল্পমাত্রায় ঘৃত, লবণবাটা এবং আদার রস মাখাইয়া তিন কোয়াটার ঢাকিয়া রাখ। পরে আচ্ছাদন খুলিয়া তাহাতে জাফ্রাণ ও এলাচবাটা এবং দধি মাখাইয়া আবার তিন কোয়াটার পূর্ব্ববৎ ঢাকিয়া রাখ।

এখন পাক-পাত্রের তলায় বাঁশের চেওয়াড়ী লাগাও; তাহার উপর তেজপত্র বিছাইয়া দাও। তেজপত্রের উপরিভাগে ঐ মৎস্যগুলি সাজাইয়া রাখ এবং তাহার উপর আস্ত লবঙ্গ ও দারুচিনির গুঁড়া ছড়াইয়া দাও।

এদিকে পোলাওয়ের উপযুক্ত চাউল লইয়া তদ্দ্বারা অন্ন পাক করিতে থাক; উহা অর্দ্ধ সিদ্ধ হইলে মাড় গালিয়া লওয়া

থরগুলি হাতায় করিয়া মাছের উপর সাজাইয়া লও। অর্দ্ধ সাজান হইলে অবশিষ্ট ঘৃত উহার উপর ঢালিয়া দাও। এই সময় আর একটী কাজ করিতে হইবে,—যে ময়দা তালিকায় লিখিত হইয়াছে, তন্মধ্য হইতে তিন ছটাক ময়দায় হাঁড়ির মুখ ঢাকে এরূপ বড় রকম একখানি রুটি প্রস্তুত কর। এখন এই রুটিখানি দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ উত্তমরূপ আচ্ছাদন করিয়া তাহার উপর সরা ঢাকা দাও এবং অবশিষ্ট ময়দা দ্বারা চারিদিকের ছিদ্র রোধ কর। উপরে তপ্তাঙ্গার রাখ ও নীচে দুইখানি কাষ্ঠ দ্বারা মৃদু জ্বাল দিতে থাক। জ্বালে যখন রস শুকাইয়া ঘৃতের শব্দ শুনিতে পাওয়া যাইবে, তখন কেবলমাত্র দমে তিন কোয়াটার রাখিয়া নামাইয়া লইলেই মৎস্যান্ন পাক হইল।

মৎস্যান্নে কাঁচা মাচ ব্যবহার হইয়া থাকে, উহা আদৌ ভাজিতে হয় না। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, ভাজা মাচ দ্বারাও উহা পাক হইতে পারে বটে, কিন্তু ভাজা মাচে রাঁধিলে তাহার আস্বাদনে অন্যরূপ হইয়া থাকে। কেহ কেহ মৎস্যান্নকে বেরবিরিয়ান* কহিয়া থাকেন। বেরবিরিয়ান যদিও পলান্নের ন্যায় কিন্তু পোলাওয়ের মত উহাতে অধিক ঘৃত ও মসলাদি ব্যবহার হয় না।

বাটা মসলার পোলাও।

সাধারণতঃ অথ্‌নি অর্থাৎ আখ্‌নির দ্বারাই পোলাও রন্ধন হইয়া থাকে; কিন্তু আখ্‌নি প্রস্তুত করিতে হইলে

অধিক মসলা এবং অধিক সময়ও নষ্ট করিতে হয়। এজন্য পোলাও রন্ধন সম্বন্ধে একটী সহজ উপায় জানা থাকিলে প্রয়োজনমত সামান্য ব্যয় এবং অল্প সময় মধ্যে সকলেই উহা পাক করিতে পারেন।

আখ্‌নির জলের উপর যে পোলাওয়ের জীবন সম্পূর্ণ নির্ভর করিয়া থাকে, তাহা বোধ হয় পাচকমাত্রেই অবগত আছেন। কিন্তু আমরা যে নিয়মটী লিখিতেছি, ইহাতে আখ্‌নির জল প্রয়োজন হয় না। পোলাও রন্ধনে যে যে মসলা ব্যবহৃত হইয়া থাকে, তাহা অনেকবার উল্লেখ করা হইয়াছে, সুতরাং এস্থলে তাহা আর লিখিত হইল না।

পোলাওয়ের উপযুক্ত মসলাগুলি দ্বারা আখ্‌নি প্রস্তুত না করিয়া তাহা খিচ-শূন্য করিয়া অর্থাৎ চন্দনের মত বাটিয়া লইবে। বাটা ভাল না হইলে পোলাও ভাল হইবে না। এজন্য মসলা বাটার প্রতি বিশেষরূপ মনোযোগ দিতে হয়। বাটিয়া উহা আবার পরিষ্কার কাপড়ে ছাঁকিয়া লইয়া চাউলে মাখিয়া পোলাও রন্ধন করিতে হইবে। পোলাওয়ের চাউলগুলি অগ্রে ঝাড়িয়া বাছিয়া অধিক জলে ধৌত করিয়া লইবে। ধৌত চাউলগুলি বাতাসে ছড়াইয়া দিয়া বেশ ঝর্‌ঝরে করিয়া লইবে। পরে সেই চাউলে সমুদায় বাটা মসলা এবং অল্পমাত্রায় ঘৃত মাখাইয়া লইবে। অনন্তর সেই চাউলে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্‌ মিশাইয়া লইলেই পোলাওয়ের

এদিকে একটী পাক-পাত্রে কিয়ৎ পরিমাণে ঘৃত দিয়া তাহার উপর তেজপত্র পাতিয়া দিবে; তেজপত্রের উপর বাদাম, কিস্‌মিস্ মিশান চাউলগুলি ঢালিয়া দিয়া তিন কড়া জল ঢালিয়া দিবে। অনন্তর তাহার উপর লবণ এবং অৰ্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রটীর মুখ ঢাকিয়া জালে বসাইবে। জালে একবার ফুটিয়া আসিলে অর্থাৎ চাউলগুলি অৰ্দ্ধ সিদ্ধ হইলে জালের তেজ কমাইয়া দিয়া কেবল আগুনের আঁচে রাখিবে এবং মধ্যে মধ্যে পাক-পাত্রটী ঘুরাইয়া দিতে থাকিবে। ঘুরাইয়া দেওয়ার উদ্দেশ্য এই যে, চারিদিকে যেন সমানরূপ আঁচ পায়। পরে যখন দেখা যাইবে, চাউল প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিবে। জালের তারতম্যানুসারে অনেক সময় জলের পরিমাণ ঠিক থাকে না। একস্ত যদি জল কম পড়িয়াছে এরূপ বোধ হয়, তবে পোলাওয়ে আর জল না দিয়া দুগ্ধ অল্প পরিমাণে খাওয়াইতে থাকিবে। তাহা হইলে পোলাও বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে অথচ আস্বাদনও উত্তম হইবে। লিখিত নিয়মে পোলাও রন্ধন করিলে তাহাকে বাটা মসলার পোলাও কহিয়া থাকে। এস্থলে আর একটী কথা জানা আবশ্যক, এই পোলাও নিরামিষ ও আমিষ দুই প্রকারেই হইতে পারে। বাটা মসলার আমিষ পোলাও রাঁধিতে হইলে অগ্রে মাংস কালিয়া, কিম্বা কোর্মার পাকে রন্ধন করিয়া লইতে হয় এবং পোলাও প্রায় সিদ্ধ হইতে কিছু বিলম্ব আছে, এমন সময় ঐ মাংস তাহাতে

ঢালিয়া দিতে হয়। আর মৎস্য দিতে হইলে অগ্রে উহা ভাজা করিয়া ভাজিয়া লইবে, পরে চাউল সাজাইবার সময় তাহা সাজাইবে।

মুরানি পলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি এক আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ এক আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, জাফরাণ চূর্ণ এক আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে (আস্ত) এক তোলা, ধনে বাটা আধ তোলা, আস্ত মরিচ তিন আনা, মরিচ চূর্ণ এক আনা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা, দধি এক সের, পিটালি আবশ্যকমত।

প্রথমে একটী পুটলিতে পিয়াজ, আদা ছেঁচ এবং ধনে বাঁধিয়া পাক-পাত্রে রাখিবে। পরে তাহাতে আবশ্যকমত লবণ ও জল এবং মাংস দিয়া আলে চড়াইবে এবং পাক-পাত্রের মুখ উত্তমরূপে বন্ধ করিয়া মাংস সিদ্ধ হওয়া পর্য্যন্ত জাল দিতে থাকিবে। মাংস সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইবে এবং মসলা বাঁধা পুটলিটী পৃথক করিয়া মাংস ও যূষ লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সঁাতলাইয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া পূর্ব্বপ্রস্তুত যূষে সিদ্ধ করিবে। এখন একটী ডেকচিতে অর্দ্ধ ঘৃত দিয়া

তাহার উপর কালজীরা ছড়াইয়া মাংস ও অখণ্ড মসলা এবং মরিচ সাজাইবে। এই সাজান মাংসের উপর যুষে সুসিদ্ধ অন্ন এবং অবশিষ্ট ঘৃত প্রভৃতি দিয়া দমে বসাইবে। অনন্তর উহা নামাইয়া আহার করিবে।

মোকম্বর পলান্ন।

মোকম্বর খেচরান্নের ন্যায় এই পোলাও উত্তম সুখাদ্য। মোকম্বর পলান্ন প্রস্তুত প্রণালী অতি সহজ। যে নিয়মে এই পোলাও পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, সোণামুগের দাইল এক পোয়া, ঘৃত দেড় পোয়া, পিয়াজ এক পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ দুই আনা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কৃষ্ণজীরা দুই তোলা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া লইবে। এখন এই খণ্ড খণ্ড মাংস একটী পুটলিতে বাঁধিয়া পিয়াজ, আদা, ধনে, উপযুক্ত পরিমাণে লবণ ও জলসহ জালে চড়াইবে। মাংস সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া পুটলিটী তুলিয়া ফেলিবে এবং যুষসহ মাংস লবঙ্গ ফোড়ন দ্বারা সন্তলন করিবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা সাজাইয়া তদুপরি মাংস এবং অবশিষ্ট মসলা সাজাইবে। মাংস ও মসলা সাজান হইলে

এদিকে অবশিষ্ট দাইল ও চাউল আধসিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং পূর্ব্বপ্রস্তুত যুষে উহা সিদ্ধ করিয়া সজ্জিত মাংসের উপর ঢালিয়া দিবে। অবশিষ্ট ঘৃত উহাতে দিয়া দমে বসাইয়া রাখিবে; পরে দম হইতে নামাইয়া লইলেই মোকশর পলান্ন প্রস্তুত হইল।

মোলব্বৎ পোলাও।

এই পোলাও মুসলমান জাতির মধ্যে সমধিক প্রচলিত। যে নিয়মে মোলব্বৎ পোলাও পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, দারুচিনি তিন আনা, ছোট এলাচ তিন আনা, লবঙ্গ তিন আনা, মরিচ চারি আনা, পিঁয়াজ আধ সের, শুল্‌ফা শাক দেড় সের, আদা তিন তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

মাংস, পিঁয়াজ, আদা, ধনে, লবণ এবং জল এক সঙ্গে সুসিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে জ্বাল হইতে নামাইবে। পরে খোলে বা যুষ কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে এবং ধনে প্রভৃতি হইতে মাংসগুলি পরিষ্কার করিয়া যুষে মিশাইবে। এখন খোল মাংসসহ লবঙ্গ ফোড়নে সাঁতলাইবে। মাংস সাঁতলাইয়া যুষ হইতে মাংসগুলি পৃথক করিয়া রাখিবে।

এদিকে শুল্‌ফা শাক হইতে রস বাহির করিবে এবং পাক

পাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তদুপরি অখণ্ড মসলা ও মাংস সাজাইবে। মাংসের উপর আবার এক পোয়া পেষিত শাক মাখাইবে।

এখন চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে। পরে অবশিষ্ট পেষিত শাক ও যূষ একত্র করিয়া তদ্দ্বারা মাড়-গালিত অন্ন সুসিদ্ধ করিবে। সুসিদ্ধ হইলে পূর্ব্বপ্রস্তুত পাত্রে এই অন্ন ও সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া একবার দমে বসাইবে। দমে হইতে নামাইয়া লইলেই খোসবৎ পোলাও পাক হইল।

জহরী পোলাও।

এই পোলাও যে, কেবলমাত্র রসনা তৃপ্তি-কর তাহা নহে। ইহা প্রস্তুত করায়ও বিশেষ পারিপাট্য আছে। অনেকে দেখিয়াছেন কিম্বা শুনিয়া থাকিবেন, একটী হাঁড়িতে রন্ধন করা হইয়াছে এবং সেই পাত্র হইতেই পরিবেশন করা হইতেছে অথচ লাল, সবুজ প্রভৃতি নানা বর্ণের পোলাও বাহির হইতেছে। পাক-প্রথা না জানিলে অবশ্যই ভোক্তাগণ আহারকালে এরূপ দর্শন করিলে আশ্চর্য্য জ্ঞান করিবেন। পাচকগণ রন্ধন কার্য্যে নৈপুণ্য দেখাইবার নিমিত্ত এরূপ পাক করিয়া থাকেন। কিরূপ নিয়মে এক পাত্রে এবং এক পাকে ভিন্ন ভিন্ন বর্ণের পলান্ন পাক করা যায় তাহা নিম্নে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল দেড়

সের, ঘৃত তিন পোয়া, বাদাম বাটা তিন তোলা, দুধের সর এক পোয়া, পাতি লেবুর রস পনর তোলা, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, মরিচ চারি আনা, চিনি সাড়ে বাইশ তোলা, ধনে তিন তোলা, কৃষ্ণজীরা দুই আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, চন্দ্র সুপারি এক তোলা, জায়ফল কিঞ্চিৎ, পেষিত জাফরাণ কিঞ্চিৎ, মৃগনাভি কিঞ্চিৎ।

প্রথমে একটী পুটলিতে আদা, পিয়াজ, ধনে বাঁধিয়া পাকপাত্রে স্থাপন করিবে। পরে তাহাতে মাংস, লবণ এবং জল ঢালিয়া দিয়া মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। এখন উহা আগে চড়াইয়া সিদ্ধ করিবে। মাংস উত্তমরূপ সিদ্ধ হইলে নামাইবে এবং পুটলিটী তুলিয়া ফেলিয়া ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া যূষসহ মাংস সন্তলন করিবে। শুষ্ক হইলে যূষ হইতে মাংস পৃথক করিয়া রাখিবে।

এদিকে চাউলগুলি অর্দ্ধসিদ্ধ করতঃ পূর্ব্বপ্রস্তুত যূষে আস্ত গন্ধদ্রব্য ও অর্দ্ধেক মরিচ দিয়া অন্নগুলি সিদ্ধ করিবে।

অন্ন পাক হইলে তাহা সমান চারিভাগে (আধ সের স্বতন্ত্র রাখিয়া) বিভক্ত করিবে এবং এক ভাগে সাড়ে সাত তোলা চিনি ও সাড়ে সাত তোলা লেবুর রস আর অর্দ্ধেক পেষা জাফরাণ মিশাইয়া পীত অর্থাৎ জরদ বর্ণ করিবে। এই জরদবর্ণ অন্ন একটী মৃত্তিকা পাত্রে রাখিয়া তাহাতে কিঞ্চিৎ ঘৃত মিশাইবে।

দ্বিতীয় ভাগ অন্নে পূর্ব্বের ন্যায় সাড়ে সাত তোলা চিনি ও লেবুর রস, দগ্ধ সুপারি এবং অবশিষ্ট জাফরাণ মাখিয়া হরিৎ অর্থাৎ সবুজ বর্ণ করিয়া কিঞ্চিৎ ঘৃত মিশাইয়া আর একটী মৃত্তিকা পাত্রে রাখিবে।

তৃতীয় ভাগ অন্নে সাড়ে সাত তোলা চিনি ও আলতার রং মাখিয়া আর একটী মৃত্তিকা পাত্রে রাখিয়া কিঞ্চিৎ ঘৃত দিবে।

চতুর্থ ভাগ অন্নে বাদাম বাটা, রস, কিঞ্চিৎ ঘৃত এবং অবশিষ্ট লবণ মাখিয়া অপর একটা পাত্রে রাখিবে।

এখন পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা ছড়াইয়া তদুপরি মাংস ও মরিচ এবং অখণ্ড মসলাসমূহ সাজাইবে। অবশিষ্ট আখ্‌নির জল দুধের সহিত মাংসের উপর সাজাইয়া তাহার উপর চারি বর্ণের অন্ন পৃথক্‌সহ স্থাপন করিবে এবং সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। এস্থলে একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক; চারি বর্ণের যে পৃথক অন্ন সাজাইয়া রাখিয়াছ, ঐ অন্ন (অর্থাৎ প্রত্যেক ভাগে) কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ মৃগনাভি দিবে।

পরিবেশনকালে হয় পৃথক পৃথক কিম্বা সমুদায় পোলাও এক সঙ্গে মিশাইয়া লইবে। ভোক্তাগণ এইরূপ ভিন্ন ভিন্ন বর্ণ ও আস্বাদন দ্বারা নিশ্চয়ই বিমোহিত হইবেন।

কমা পোলাও।

এই পোলাওয়ের পাক-প্রথার অন্যান্য পোলাও পাক হইতে বিশেষ কোন প্রভেদ নাই। যেরূপ উপকরণ ও ভাগ পরি-

যাগে কমা পোলাও পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, দারুচিনি বাটা দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, পিঁয়াজ এক পোয়া, আদা বাটা তিন তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পেষিত জাফরাণ দুই আনা, মরিচ বাটা এক তোলা, কৃষ্ণজীরা দুই আনা, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে মাংসগুলি খণ্ড খণ্ড করিয়া কুটিয়া লইবে। পরে আগে ঘৃত চড়াইয়া তাহাতে পিঁয়াজ ভাজিতে থাকিবে ও লালচে রং হইলে মাংস ঢালিয়া দিয়া অনবরত নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে। যখন দেখা যাইবে মাংসের রস বাহির হইয়া শুষ্ক হইয়া গিয়াছে, তখন পরিমাণমত জল, লবণ, ধনে, মরিচ এবং গন্ধদ্রব্য বাটা দিয়া পাক করিতে থাকিবে। সমুদায় ঝোল শুকাইয়া আসিলে জাফরাণ বাটা দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া রাখিবে।

এদিকে চাউলগুলির অন্ন পাক করিয়া মণ্ড গালিয়া ফেলিবে। তখন এই অন্ন আস্ত গরমমসলাসহ ঘৃতে ভাজিবে। পরিবেশনকালে অন্নের উপর মাংস দিবে।

কবুলি পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই

আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিঁয়াজ আধ সের, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কিস্মিস্ আধ পোয়া, ঘৃতে ভাজা বাদাম আধ পোয়া, লবণ আধ পোয়া, কালজীরা দুই আনা।

প্রথমে মাংস, পিঁয়াজ, আদা, ধনে, লবণ, অল্প পরিমিত ঘৃত এবং জল এক সঙ্গে উত্তমরূপ সিদ্ধ করিবে। সুসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিবে। এখন উহা লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঘৃতে সাঁতলাইয়া রাখিবে। এদিকে সিদ্ধ করা মাংস ঘৃতে ভাজিতে থাকিবে এবং বাদাম বাটা দিয়া অনবরত নাড়িতে চাড়িতে থাকিবে। আগে রস মরিয়া আসিলে অবশিষ্ট গন্ধদ্রব্য ও কালজীরা ছড়াইয়া দিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর বসাইয়া রাখিবে।

এইরূপে চাউলগুলি অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে। পূর্ব্বে যে যূষ প্রস্তুত করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহাতে এই অর্দ্ধসিদ্ধ চাউল সুসিদ্ধ করিবে; সিদ্ধ হইলে তপ্তাঙ্গারস্থিত মাংসের উপর সাজাইয়া অবশিষ্ট উপকরণগুলি ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। দম হইতে নামাইয়া লইলেই কবুলি পলাও পাক হইল।

কেরমানি পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, আস্ত

লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, পিঁয়াজ এক পোয়া, আস্ত ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংস, আদা, পিঁয়াজ, ধনে, লবণ এবং জল এক সঙ্গে সুসিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। এখন মাংস ও যুষ এক সঙ্গে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সম্ভলন করিবে। পরে মাংস ও আখ্‌নি পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে এবং যে পাত্রে মাংস রাখিবে তাহাতে আস্ত মসলা সাজাইবে।

এদিকে চাউল আধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং আখ্‌নির জলে সুসিদ্ধ করিবে। অনন্তর মাংসসজ্জিত পাত্রে অর্থাৎ মাংসের উপর এই অন্ন সাজাইয়া কালজীরা ঘৃতে ভাজিয়া সমুদায় ঘৃত সমেত উহাতে ঢালিয়া দিয়া অঙ্গারের উপর দমে বসাইবে। দম্ হইতে নামাইয়া লইলেই কেরমানি পলান্ন পাক হইল। অন্যান্য পলান্নের ন্যায় এই পোলাও উত্তম সুখাদ্য।

কসেলি পোলাও।

এই পোলাও সেমুই দ্বারা পাক করিতে হয়। সেমুই প্রথম প্রণালী অনুসারে উহা তৈয়ার করিয়া লইবে*। যেরূপ

* ২য় খণ্ড পাক-প্রণালী ২১৮ পৃষ্ঠা দেখ।

ভাগ পরিমাণ দ্বারা কমেলি পোলাও পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত তিন পোয়া, মেমুই দেড় পোয়া, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, আস্ত ধনে এক ছটাক, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

অন্যান্য পোলাওয়ের আখ্‌নির ন্যায় প্রথমে মাংস, পিয়াজ, আদা, ধনে, লবণ এবং জল এক সঙ্গে সিদ্ধ করিয়া লইবে এবং তাহা ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া মাংস ও যুষ বা আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া পৃথক করিবে।

পূর্ব্বে যে মেমুইয়ের কথা বলা হইয়াছে, তাহা এখন পরিমিত ঘৃতে ভাজিয়া অল্প পরিমাণে জলের ছিটা দিয়া পাক করিবে। যখন দেখা যাইবে যে, উহা পাকে মোলায়েম হইয়াছে, তখন জাল হইতে নামাইবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে জীরা সাজাইয়া তাহাতে মাংস সাজাইবে এবং মাংসের উপর অর্দ্ধেক পরিমাণে মেমুই ও অন্য মসলা সাজাইবে।

এদিকে চাউলগুলি অন্ন-পাকের নিয়মে জালে চড়াইবে। চাউল সামান্য ফুটিয়া আসিলে তাহাতে অপরাংশ মেমুই ঢালিয়া দিবে এবং এক বলকের পর মাড় গালিয়া ফেলিবে। পূর্ব্বে যে পাক-পাত্রে মাংস সাজাইয়া রাখা হইয়াছে, এখন তাহার

উপর সেমুই ও অর্দ্ধসিদ্ধ অন্ন সাজাইয়া পূর্ব্বপ্রস্তুত যূষ বা আখ্নি ঢালিয়া দিয়া আগুনে বসাইবে। চাউল সিদ্ধ হইয়া আসিলে এবং যূষ শুষ্ক হইলে সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে। দম হইতে নামাইয়া লইলেই কপেলি পলান্ন পাক সমাপ্ত হইল। কপেলি পলান্ন যে কিরূপ সুখাদ্য তাহা আহার করিয়া দেখিলে বুঝিতে পারা যায়। মুসলমান জাতির মধ্যে এই পোলাও প্রথমে ব্যবহার আরম্ভ হয়। এক্ষণে হিন্দুগণও উহার ব্যবহার আরম্ভ করিয়াছেন। এই পোলাও অন্য প্রণালীতেও পাক হইয়া থাকে। ইচ্ছা করিলে উহা মধুরান্নও করিতে পারা যায়। কপেলি পোলাও প্রকারান্তরে পাক করিবার নিয়ম।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, সেমুই আধ সের, ঘৃত আড়াই পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ চারি তোলা, পিটালি কিঞ্চিৎ।

প্রথম প্রকরণে মাংস দ্বারা যেরূপ আখ্নি প্রস্তুত করিবা লওয়া হইয়াছে, এবারও সেইরূপ নিয়মে আখ্নি প্রস্তুত করিয়া সম্বরা দিয়া লইবে। এবং সেমুইগুলিও ঘৃতে ভাজিয়া আলাদা করিবে। এখন একটী পাকপাত্রে কালজীরা ছড়াইয়া তাহাতে মাংস ও অর্দ্ধেক পরিমাণ সেমুই এবং অখণ্ড মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এখন আখ্‌নির জলে চাউল সিদ্ধ করিয়া পূর্ব্বপ্রস্তুত পাক-পাত্রে অন্ন নামাইয়া তাহার উপর সেমুই ঢালিয়া দিবে এবং অর্দ্ধ পরিমাণে পিটালি ও সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া পাত্রটী দমে বসাইবে।

কসেলি পলান্নপ্রস্তুত করিতে হইলে পায়স প্রস্তুত করিয়া লইবে। এবং আধ সের পায়সে অর্দ্ধেক সেমুই মিশাইয়া আখ্‌নির সহিত পোলাও পাক করিবে। রস শুষ্ক হইয়া আসিলে অবশিষ্ট সেমুই এবং ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে। এই পোলাও অম্ল-মধুর আস্বাদ যুক্ত অতি উপাদেয় হইয়া থাকে।

আখ্‌নি পোলাও।

এই পোলাও রন্ধন অতি সহজ। যেরূপ নিয়মে আখ্‌নি পলান্ন পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিঁয়াজ এক পোয়া, লবণ তিন তোলা।

আখ্‌নি প্রস্তুত করিবার নিয়মে মাংস, লবণ, পিঁয়াজ, আদা, ধনে, সামান্য ঘৃত এবং জল এক সঙ্গে সিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে উনান হইতে পাক-পাত্রটী নামাইয়া মাংস পৃথক

পাত্রে রাখিবে এবং আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। অনন্তর ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া আখ্‌নি সন্তলন করিবে।

এখন এই আখ্‌নি হইতে অল্প পরিমাণ লইয়া পূর্ব্বরক্ষিত মাংসে মিশাইয়া জ্বাল দিতে থাকিবে। জ্বালে সামান্য রস থাকিতে থাকিতে লবঙ্গ ফোড়ন দ্বারা সন্তলন করিবে। অনন্তর একটী পাক-পাত্রে বুক্‌নীয়া ছড়াইয়া তাহাতে মাংস ও অখণ্ড মসলা সাজাইয়া রাখিবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং অন্নগুলি আখ্‌নির জলে সিদ্ধ করিবে। এখন এই অন্ন মাংসের উপর সাজাইয়া সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দমে বসাইবে এবং নিয়মমত পোলাওয়ের ন্যায় দম হইতে নামাইয়া লইবে।

রসালো পলান্ন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, মুগের দাইলের বড়ি আধ সের, হরিদ্রা বাটা দুই তোলা, আদা বাটা দুই তোলা, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, দারুচিনি ছয় আনা, ধনে দুই তোলা, মরিচ দশ আনা, লবণ চারি তোলা।

প্রথমে আধ পোয়া ঘৃতে হরিদ্রা বাটা ভাজিয়া ঘৃত ছাঁকিয়া লইবে। এখন এই ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া মাংস ভাজিয়া আবশ্যকমত জল দিয়া সুসিদ্ধ করিবে।

এদিকে আধ পোয়া ঘৃতে বড়ি ভাজিয়া লইবে। অনন্তর চাউল, বড়ি এবং মাংস পাক-পাত্রে সাজাইয়া রাখিবে।

তালিকায় যে সকল মসলা লিখিত হইয়াছে, তদ্দ্বারা আখ্‌নির জল তৈয়ার করিয়া মাংস ও চাউল সাজান পাক-পাত্রে ঢালা খুলিয়া দিবে। পরিমিত জল ও লবণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া জালে বসাইবে। চাউল সুসিদ্ধ হইবার উপক্রম হইলে জালের আঁচ কমাইয়া দমে বসাইবে এবং অবশিষ্ট ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিবে। অনন্তর উহা নামাইয়া লইলে মসলা পোলাও পাক সমাপ্ত হইল।

পাতিলেবুর পোলাও।

পাতি, কাগজি এবং কমলা প্রভৃতি নানা জাতীয় লেবু দ্বারা পোলাও প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন জাতীয় লেবু দ্বারা পোলাও পাক করিলে আস্বাদন বিভিন্ন প্রকার হয়। যে নিয়মে পাতিলেবুর পোলাও পাক করিতে হয়, এস্থলে তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, পাতিলেবুর রস আধ সের, চিনি আধ সের, কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, বাদাম আধ পোয়া, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, দারুচিনি ছয় আনা, ছোট এলাচ ছয় আনা, লবঙ্গ ছয় আনা, জাফরাণ সিকি তোলা, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে ধনে, আদা, লবণ, পরিমিত জল এবং মাংস একত্রে সিদ্ধ করিয়া আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া লইবে।

এদিকে দেড় ছটাক লেবুর রসে চাউল মাখিয়া রাখিবে।

মাংস সুসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইবে এবং ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইবে। পরে কাপড়ে ছাঁকিয়া আখ্‌নি পৃথক্ করিবে। এখন উহাতে চিনি ও অবশিষ্ট লেবুর রস মিশাইয়া একবার আলে ফুটাইয়া রাখিবে। অনন্তর মাংসে গরমমসলা বাটা ও জাফরাণ মাখিয়া আখ্‌নির সঙ্গে মিশাইবে।

পূর্ব্বে যে চাউলে লেবুর রস মাখিয়া রাখা হইয়াছে এক্ষণে তাহা অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে এবং তাহাতে মাংস সহ আখ্‌নি মিশাইয়া এক ফুট ফুটাইয়া মুক্ত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইবে।

পরিবেশনকালে কিস্‌মিস্ ও বাদাম ঘৃতে ভাজিয়া পোলাওয়ের উপর ছড়াইয়া দিবে।

নরগেসি পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, দারুচিনি চূর্ণ এক আনা, আস্ত লবঙ্গ দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ এক আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, আস্ত জেরা, পিঁয়াজ এক পোয়া, ম্যাকরী ডেড় ...

ধনে আধ পোয়া, মরিচ এক তোলা, পালংশাক এক পোয়া, গাজর এক পোয়া, কাঁচা ছোলার ডাইল আধ পোয়া, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে মাংসে পিয়াজ, আদা, ধনে আবশ্যকমত লবণ ও জল দিয়া সিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে মাংস অপর একটী পাত্রে তুলিয়া রাখিবে এবং যুষ বা আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া যুষে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিবে এবং পূর্ব্ব-প্রস্তুত যুষ বা আখ্‌নির জলে উহা সুসিদ্ধ করিবে।

এখন একটী পাক-পাত্রে কৃষ্ণজীরা চড়াইয়া তাহার উপর মাংস এবং সমুদায় আস্ত মসলা সাজাইবে। মাংসের উপর অন্ন সাজাইবে। অন্নের উপর গাজরখণ্ড ও ডাইল, ঘৃত (ঘৃতের দুই আনা পরিমাণ রাখিয়া) এবং পরিমাণমত লবণ দিয়া তণ্ডুলাধারের উপর স্থাপন করিবে।

এদিকে শাকে সমুদয় ঘৃত, লবণ এবং আবশ্যক মত জল দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে। পাক করা হইলে অন্য একটী পাত্রে নামাইয়া রাখিবে। যে পাত্রে শাক রাখিবে, সেই পাত্রটী আগুনে চড়াইয়া তাহার উপর ডিম ভাঙ্গিয়া দিবে এবং পরিমাণমত লবণ ও সমুদায় চূর্ণ মসলা দিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর রাখিবে। সুপক্ক হইলে উনান হইতে নামাইবে। পলান্ন পরিবেশনকালে তাহার উপর ডিম সহ শাক পরিবেশন করিবে।

দম্‌পোক্ত পোলাও।

এই পোলাও অত্যন্ত রসনা তৃপ্তি-কর। যে সকল উপকরণ দ্বারা দম্‌পোক্ত পলান্ন পাক করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, পাখী একটা, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, কিস্‌মিস্ আধ পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ তিন আনা, ছোট এলাচ তিন আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ এক আনা, লবঙ্গ চূর্ণ তিন আনা, আস্ত লবঙ্গ এক আনা, মরিচ বাটা দুই আনা, মরিচ চূর্ণ দুই আনা, পিয়াজ এক পোয়া, আদা বাটা দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, জাফরাণ এক আনা, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে মাংসগুলি খুব ছোট ছোট করিয়া কুটিয়া লইবে। পরে ঘৃতে পিয়াজ ভাজিয়া তাহাতে উহা ভাজিবে। ভাজা হইলে ধনে ও আদা বাটা এবং লবণ দিয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে এবং শেষে সমুদায় গন্ধ মসলা চূর্ণ উহার উপরে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া রাখিবে।

এদিকে পাখীর পালক ও নাড়ি ভুঁড়ি পরিষ্কার করিবে এবং তাহার সর্ব্বাঙ্গে ছিদ্র ছিদ্র করিয়া পেট চিরিয়া দিবে। এক্ষণে পেটের ভিতর আদা বাটা ও কিস্‌মিস্ পুরিয়া সূতা দ্বারা সেলাই করিয়া দিবে এবং অবশিষ্ট লবণ, মরিচ চূর্ণ ও জাফরাণ বাটা মাখাইবে। পরে এক পোয়া ঘৃত জালে চড়াইয়া তাহাতে উহা ভাজিতে থাকিবে। লালচে বর্ণ হইলে পরি-

মিত জলে সিদ্ধ করিবে এবং জলে শুষ্ক হইয়া ঘৃত থাকিতে থাকিতে নামাইবে।

পূর্ব্বে যে চাউলের পরিমাণ উল্লেখ করা হইয়াছে তাহা অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিবে। অনন্তর পাক-পাত্রে আস্ত মসলা সমূহ সাজাইয়া তাহাকে পূর্ব্বপ্রস্তুত মাংস ও অর্দ্ধ-সিদ্ধ চাউল সাজাইবে এবং অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া দমে বসাইয়া রাখিবে। দম্ হইতে নামাইয়া পরিবেশনকালে পাখিটী পোলাওয়ের উপর দিবে।

গোধূম পোলাও।

চাউলের পরিবর্ত্তে গোধূম দ্বারা এই পলান্ন পাক করিতে হয়। গোধূম পোলাওকে কেহ কেহ অবার গন্দম্ পলান্নও কহিয়া থাকে। যে সকল উপকরণ ও তাগ পরিমাণ দ্বারা এই পলান্ন রন্ধন করিতে হয়, তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—গোধূম এক সের, মাংস এক সের, ঘৃত আধ সের, আস্ত দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ আড়াই আনা, আদা দেড় তোলা, ধনে দেড় তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে মাংসে আদা, পিয়াজ, ধনে, লবণ, এবং জল দিয়া সিদ্ধ করিয়া আখ্‌নি প্রস্তুত করিয়া রাখিবে এবং ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া কাপড়ে ছাঁকিবে। এখন মাংস

ও আখ্‌নি পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখিবে। যে পাত্রে মাংস রাখিবে তাহাতে কৃষ্ণজীরা ছড়াইয়া তাহার উপর মাংস এবং মাংসের উপর আস্ত গন্ধ মসলা ও অর্দ্ধেক ঘৃত দিবে।

অনন্তর গোধূম আধ ভাজা করিয়া আখ্‌নিতে সিদ্ধ করিতে থাকিবে এবং সিদ্ধ হইয়া আসিবার উপক্রম হইলে অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিবে। এই সিদ্ধ গোধূম পূর্ব্বপ্রস্তুত মাংসের উপর ঢালিয়া দমে বসাইবে। দম্ হইতে নামাইলেই গোধূম পলান্ন পাক হইল।

তহোলি পোলাও।

এই পলান্নও গোধূম দ্বারা পাক হইয়া থাকে। যে নিয়মে তহোলি পোলাও পাক করিতে হয় তাহার নিয়ম লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, গোধূম এক সের, ঘৃত আধ সের, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা মরিচ চারি আনা, আদা দেড় তোলা, পিয়াজ এক পোয়া, ধনে দেড় তোলা, কালজীরা দুই আনা, লবণ সাড়ে চারি তোলা।

প্রথমে গোধূম জলে সুসিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে জল হইতে তুলিয়া উত্তমরূপ শুষ্ক করিবে। এখন এই শুষ্ক গোধূম পেষণ করতঃ ঝাড়িয়া পরিষ্কার করিয়া রাখিবে।

এ দিকে মাংস, আদা, ধনে, পিয়াজ এবং লবণ পরি-
ষ্কার জলে সিদ্ধ করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইবে। পরে মাংস
ও আখনি ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সম্বরা দিয়া মাংস ও
আখনি পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে। যে পাত্রে মাংস রাখিবে
তাহাতে জীরা ছড়াইয়া মাংস ও সমুদায় গরম মসলা সাজা-
ইয়া রাখিবে।

পূর্ব্বে যে গোধুম চূর্ণ করিয়া রাখা হইয়াছে, তাহা পরি-
মিত ঘৃতে অল্প ভাজিয়া আখনির জলে সিদ্ধ করিবে। এই
সময় উহাতে অল্প পরিমাণে ঘৃত দিবে। সিদ্ধ হইলে মাংস-
সজ্জিত পাত্রে সাজাইয়া তাহার উপর অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া
দিয়া দমে বসাইবে। অনন্তর দম হইতে নামাইয়া লইলে
তহোজিপুলাও পাক হইল।

মিঠাপাকে পোলাও।

ইহা এক প্রকার মিঠা পোলাও। এই পলান্ন অত্যন্ত
সুখাদ্য। শর্করা অর্থাৎ চিনি দ্বারা প্রস্তুত হইয়া থাকে
বলিয়া ইহাকে শর্করপলান্ন কহিয়া থাকে। যে নিয়মে এই
পলান্ন পাক করিতে হয় তাহা পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—চিনি তিন পোয়া, চাউল
এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, কিস্মিস্ আধ পোয়া, দারু-
চিনি তিন আনা, লবঙ্গ বাটা তিন আনা।

প্রথমে চিনির পানক প্রস্তুত করিবে। পানকে দারচিনি

ও লবঙ্গ বাটা গুলিয়া আগে চড়াইবে ; পরে অর্দ্ধসিদ্ধ তণ্ডুল ঐ পাত্রকে দিবে এবং সমুদায় ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক করিবে। অন্ন সুসিদ্ধ হইলে উনান হইতে নামাইয়া দিবে। লিখিত নিয়মে প্রস্তুত করিলে শর্করপলান্ন পাক সমাধা হইবে।

খোরাসানি।

খোরাসানি এক প্রকার পলান্ন। এই পলান্ন উত্তম সুখাদ্য। খোরাসানি পাকের নিয়ম অতি সহজ। যে নিয়মে উহা পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ বাটা দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, জাফরাণ বাটা দুই আনা, কালজীরা দুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে বাটা তিন তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ তিন তোলা।

মাংস খণ্ডে লবণ, পিয়াজ বাটা, আদার রস মাখাইয়া দুই দণ্ড ঢাকিয়া রাখিবে। পরে এলাচ, জাফরাণ, মরিচ ও ধনে বাটা এবং দধি মাংসে মাখাইবে। অনন্তর পাক-পাত্রে জীরা ছড়াইয়া মাংস ও দারুচিনি, লবঙ্গ এবং অর্দ্ধেক ঘৃত দিয়া তাপে বসাইবে।

এদিকে চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে।

অনন্তর উহা মাংসের উপর অবশিষ্ট ঘৃতসহ ঢালিয়া দিবে। পরে ময়দা দ্বারা একখানি বড় রকমের রুটি প্রস্তুত করিয়া উহার উপর আচ্ছাদন করিয়া দিবে। আর পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া ময়দা দ্বারা এমনভাবে আঁটিয়া দিবে যেন বায়ু প্রবেশ করিতে না পারে। তাপে দুই এক-বার ফুটিয়া উঠিলে পাক-পাত্রটী দমে বসাইয়া অর্থাৎ পাক-পাত্রের নিম্নে ও উপরে অগ্নি স্থাপন করিবে। যখন জানা যাইবে, জল মরিয়া কেবলমাত্র ঘৃতের চুক চুড় শব্দ হইতেছে, তখন দম হইতে নামাইয়া পরিবেশন করিবে।

মনোহর খয়বরি।

খয়বরি পাক অবিকল পোলাও পাকের ন্যায়। এজন্য অনেকে ইহাকে খয়বরি পলাও কহিয়া থাকেন। খয়বরি পাক তত কঠিন নহে। যেরূপ উপকরণ ও পরিমাণ দ্বারা উহা প্রস্তুত করিতে হয়, তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, দধি আধ পোয়া, আদার রস তিন তোলা, পিয়াজ বাটা এক পোয়া, দারুচিনি দুই আনা, ছোট এলাচ বাটা চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, জাফরাণ বাটা তিন আনা, কালজীরা দুই আনা, ধনে বাটা তিন তোলা, মরিচ চারি আনা, লবণ তিন তোলা, মৌরা কিঞ্চিৎ।

প্রথমে মাংসে আদার রস ও লবণ মাখিয়া চারি দণ্ড ঢাকিয়া রাখিবে। চারি দণ্ডের পর অর্দ্ধেক দধি ও পিয়াজ, ধনে, এলাচ এবং জাফরাণ বাটা মাখিবে। মাংসের উপর অর্দ্ধেক ঘৃত ও লবঙ্গ দিবে।

এদিকে চাউল লবণ মিশ্রিত জলে ফুটিয়া লইবে। পরে তাহাতে অবশিষ্ট দধি মাখাইয়া মাংসের উপর সাজাইবে। এখন ঢাকনি দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া ময়দায় আঁটিয়া দিবে। জাল খুব কম আঁচে দিতে হইবে। জল মরিয়া আসিলে ঢাকনি খুলিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ আঁটিয়া দমে বসাইবে। দম হইতে নামাইয়া লইলেই থরবরি পাক সমাপ্ত হইল।

বেগুণের পোলাও।

বেগুণ দ্বারা এই পোলাও পাক করা বলিয়া ইহাকে বেগুণের পলাও কহে। অন্যান্য পলায় অপেক্ষা এই পোলাও কম উপাদেয় নহে। অতি সহজ উপায়ে বেগুণের পোলাও পাক হইয়া থাকে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—বেগুণ এক সের, মাংস এক সের, চাউল এক সের, ঘৃত আধ সের, পাতি লেবু একটী, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপাতা দুই তোলা, জাফরাণ এক আনা, লবঙ্গ তিন আনা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ছয় আনা, লবণ ছয় তোলা।

প্রথমে তিন পোয়া পরিমাণ মাংসে দ্বারা আখ্‌নি প্রস্তুত করিবে। আখ্‌নি কাপড়ে ছাঁকিয়া যূষ ও মাংস ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়নে সম্বরা দিবে এবং মাংস পৃথক্ পাত্রে রাখিবে।

এখন অবশিষ্ট এক পোয়া মাংস খুব সরু সরু করিয়া কুটিবে। পরে তাহা ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়নে সাঁতলাইয়া খানিকক্ষণ নাড়াচাড়া করিবে। মাংসের রস মরিয়া আসিলে তাহাতে আধসের আখ্‌নি ও আদা, ধনে বাটা দিয়া জ্বাল দিতে থাকিবে। সিদ্ধ হইলে মরিচ, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ, জাফরাণ মিশাইবে এবং পুনর্ব্বার ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া শুষ্ক প্রলেহে পাক করিবে।

এদিকে বেগুনের বোঁটা কাটিয়া ভিতরের শাঁস বাহির করিবে। শাঁস বাহির করিলে খোল হইবে। এই খোলের গায়ে সরু শলা দ্বারা ছিদ্র ছিদ্র করিয়া দিবে। পরে বেগুনের খোলে লবণ মাখিয়া জলে ধুইয়া লইবে এবং উহা ঘৃতে আধ ভাজা করিয়া রাখিবে।

অনন্তর পূর্ব্ব প্রস্তুত মাংস লইয়া বেগুনের খোলে পুরিয়া বোঁটা আঁটিয়া অর্থাৎ সেলাই করিয়া দিবে। এই-রূপে বেগুন সেলাই করা হইলে ঘৃতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া পুনর্ব্বার ভাজিবে। লাল বর্ণ হইলে পরিমাণমত লবণ, লেবুর রস এবং সামান্য জল দিয়া মৃদু আঁচে পাক করিবে। জল শুকাইয়া আসিলে নামাইবে।

অন্যান্য পোলাওয়ের ন্যায় চাউল অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া মাড় গালিয়া ফেলিবে।

এদিকে পাক-পাত্রে তেজপাতা সাজাইয়া কালজীরা ছড়াইয়া দিবে। এখন আস্ত মসলা উহার উপর দিয়া মাংস সাজাইবে। মাংসের উপর ঐরূপ তেজপত্র সাজাইয়া অন্ন সাজাইবে। এইরূপে মাংস ও অন্ন পর পর সাজাইয়া অবশিষ্ট উপকরণ ঢালিয়া দিয়া মৃদু তাপে চড়াইবে। পরিবেশনকালে এই পদার্থের উপর মাংস পূর্ণ বার্ত্তাকু দিবে। আহারের সময় পোলাওয়ের সহিত এই বেগুন অতি সুখাদ্য বোধ হইবে। বেগুনের ন্যায় আবার পটল দ্বারাও এই নিয়মে পোলাও পাক করিতে পারা যায়।

নাগরঙ্গ পোলাও।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস দেড় সের, চাউল এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, চিনি দেড় পোয়া, পাতি-লেবুর রস দেড় পোয়া, আস্ত লেবু একটী, ডিম একটী, আদা চারি তোলা, বাদাম তিন তোলা, কিস্‌মিস্ তিন তোলা, পেস্তা তিন তোলা, ধনে তিন তোলা, জোয়ার ছাতু দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, কালজীরা দুই তোলা, তেজপত্র দুই তোলা গন্ধ মসলা আট আনা, হিঙ্গুল এক আনা, জাফরাণ এক আনা।

প্রথমে আখনের পরিমাণ মাংস লইয়া উপযুক্ত মসলা দ্বারা শুষ্ক প্রণালীতে পাক করিয়া রাখিবে।

এদিকে ছাতু, ডিমের শ্বেত ভাগ, অল্প দুধ, আদা এবং একটী লেবুর রস একসঙ্গে চট্‌কাইবে। পরে তাহাতে আধ ছটাক পরিমিত এক একটী লেচি কাটিবে। পূর্ব্বে যে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্ উল্লেখ করা হইয়াছে তৎসমুদায় বাটিয়া পুর প্রস্তুত করিবে। এই পুর ঐ লেচির ঢুলির ভিতর পূরিয়া মাঝারি লেবুর আকৃতি গঠন করিবে। অনন্তর ঢুলিগুলি বাষ্পযন্ত্রে পাক করিবে। দৃঢ় হইলে নামাইয়া ঘৃতে ভাজিয়া লইবে। আর হিঙ্গুল ও জাফরাণ এক সঙ্গে বাটিয়া পানকে মিশাইবে। এই পানকে প্রস্তুত মাংসরকগুলি ভাজিয়াই ডুবাইবে। অল্পক্ষণ পানকে থাকিলে উহার উত্তম রং হইবে, তখন তাহা তুলিয়া রাখিবে।

তালিকায় লিখিত অবশিষ্ট আখনের মাংসের আখ্‌নি প্রস্তুত করিবে এবং মাংস ও দুধ লবঙ্গ ফোড়নে ঘৃত সম্বরা দিবে। পরে আখ্‌নি ও মাংস পৃথক্ পৃথক্ পাত্রে রাখিয়া আখ্‌নিতে আখনের পানক মিশাইবে। অনন্তর পাক-পাত্রে তেজপত্র বিছাইয়া তাহার উপর জীরা ও আর গন্ধ মসলা ছড়াইয়া দিয়া মাংস সাজাইবে। ইত্যবসরে চাউলগুলি অর্দ্ধ সিদ্ধ করিয়া পূর্ব্বোক্ত পানক মিশ্রিত আখ্‌নিতে সুসিদ্ধ করিবে। এই সুসিদ্ধ অন্নগুলি মাংসের উপর সাজাইয়া ছয় মিনিট তপ্ত অঙ্গারের উপর রাখিবে।

অনন্তর অঙ্গার হইতে পাক-পাত্রটী নামাইয়া লই এবং পরিবেশনকালে পলান্নের উপর মারজগুলি সাজাই দিবে। ভোক্তাগণ সুদৃশ্য মারজগুলি দেখিয়া যে পরিমা মুগ্ধ হইবেন, উহার আস্বাদন লইয়া আবার ততধিক প সন্তোষ লাভ করিবেন।

চতুর্থ পরিচ্ছেদ।

কালিয়া প্রকরণ।

সচরাচর যেরূপ নিয়মে মৎস্য ও মাংসের কোল হইয়া থাকে, কালিয়া পাকের নিয়ম তাহা হইতে স বিভিন্ন। কালিয়া অতি উপাদেয় খাদ্য; ভিন্ন ভিন্ন উ করণ ও রন্ধনগত পার্থক্য প্রযুক্ত কালিয়া পাকেরও প্র উন্নতি সাধিত হইয়াছে।

সাধারণতঃ কালিয়াতে ঘৃত ও গরম মসলার পরিম কিছু অধিক ব্যবহার হইয়া থাকে। পূর্ব্বে এদেশে কালি কোপ্তা প্রভৃতির রন্ধনে হিঙ্ ব্যবহৃত হইত, কিন্তু এক্ষ হিঙ্গের ব্যবহার ক্রমশঃ হ্রাস হইয়া আসিতেছে। প্র হিঙ্গের পরিবর্ত্তে পলাণ্ডু ব্যবহার হইতেছে। বাস্তবি মাংসাদি রন্ধনে পলাণ্ডু ব্যবহার করিলে আস্বাদন অ সুমধুর হইয়া থাকে।

কালিয়ার আস্বাদন অপেক্ষাকৃত উপাদেয় করিতে

উহাতে বাদাম, পেস্তা, কিস্‌মিস্ এবং মালাই ব্যবহার করিতে হয়। এই সকল উপকরণ সংযোগে ভাল করিয়া রন্ধন করিতে পারিলে বাস্তবিক উহা রসনা তৃপ্তি-কর হইয়া থাকে।

মৎস্য কিম্বা মাংসাদির কালিয়াতে গোলআলু ব্যবহার করিলে দুইটী উদ্দেশ্য সুসিদ্ধ হইতে পারে; প্রথমতঃ ব্যঞ্জনের পরিমাণ বৃদ্ধি, দ্বিতীয়তঃ অপেক্ষাকৃত সুমধুর আস্বাদ। কালিয়া এবং কোর্ম্মাতে যে আলু দিতে হয়, তাহার আকার বড় বড় হইলে ভাল হয়; এজন্য মাঝারি আকারের আস্ত আলু দ্বারা রন্ধন করিতে হয়। আলু অত্যন্ত বৃহদাকার বিশিষ্ট হইলে দুই খণ্ডে বিভক্ত করা আবশ্যক। এই সকল আলু অগ্রে খোসা ছাড়াইয়া ঘৃতে অল্প পরিমাণে ভাজিয়া লইতে হয় এবং অর্দ্ধ সিদ্ধ হইয়া আসিলে তখন তাহাতে ব্যবহার করিতে হয়।

কালিয়াতে ঝোল অধিক হইলে উহার আস্বাদ বিকৃত হইয়া থাকে। এজন্য জলের পরিমাণ একটু বিবেচনা করিয়া দেওয়া আবশ্যক। আখ্‌নির জল দ্বারা কালিয়া পাক করিলে আস্বাদন আরও উপাদেয় হইয়া থাকে।

ছানার কালিয়া।

নিরামিষ কিম্বা আমিষ-ভোজী উভয়েরই নিকট ছানার

কালিয়ার বিশেষ আদর। রন্ধন পারিপাট্যে উহা মাংসের ন্যায় সুখাদ্য হইয়া থাকে। অনেক দিন হইতে ছানার কালিয়া বঙ্গদেশে প্রচলিত আছে। প্রত্যেক গৃহস্থই মনে করিলে এই ব্যঞ্জন রন্ধন করিয়া আহার করিতে পারেন। যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয় তাহা নিম্নে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ছানা এক সের, আলু আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, ধনে বাটা তিন তোলা, জীরা মরিচ বাটা এক তোলা, তেজপত্র চারিখানি, হরিদ্রা বাটা আধ তোলা, আদা বাটা তিন তোলা, ছোট এলাচ চারি আনা, লবঙ্গ দুই আনা, দারুচিনি তিন আনা, চিনি দুই তোলা, লবণ দুই তোলা, জল আধ সের।

প্রথমে ছানা একখানি কাপড়ে বাঁধিয়া কোন স্থানে ঝুলাইয়া রাখিতে হইবে; এইরূপ করিয়া রাখিলে ছানার জল ঝরিয়া পড়িয়া যাইবে। অনন্তর ঐ ছানা লইয়া বরফির ধরণে কাটিয়া লইতে হইবে।

(১) বৈদ্য শাস্ত্রমতে ছানার গুণ—শুক্র বৃদ্ধি-কারক এবং পিত্ত ও বায়ু-হারক।

এদিকে একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া

---

(১) বৃষ্যা, দিগ্ধা পিত্তানিলাপহা।

ইতি রাজবল্লভঃ। (১)

যখন তাহা পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে ঐ কর্ত্তিত ছানাগুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার নিয়ম এই যে, উহা ঈষৎ লাল্‌চে ধরণের হইলেই ঘৃত হইতে তুলিয়া আর একটী পরিষ্কার পাত্রে রাখিতে হইবে।

উহা তুলিয়া রাখা হইলে সেই ঘৃতে খোলা ছাড়ান দো-চিরা আলুগুলিও ঐরূপে ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন ঐ পাক-পাত্রে ধনেবাটা, হরিদ্রাবাটা, আদাবাটা দিয়া নাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে যখন এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতে থাকিবে এবং সমুদায় মসলা একত্রিত হওয়াতে এক প্রকার রঙ্‌ দেখা যাইবে, তখন তাহাতে পরিমিত জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। জলে উহা ফুটিয়া উঠিলে, ঢাকনি খুলিয়া তাহাতে ভাজা ছানা ও আলু ঢালিয়া পুনর্ব্বার হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং উহা সিদ্ধ হইয়া আসিলে তাহাতে লঙ্কামরিচ বাটা, চিনি ও লবণ দিয়া নাড়িতে হইবে। এই সময় উহা একধার ফুটিয়া উঠিলে আর একটী পাত্রে ঢালিয়া ঐ হাঁড়িটী জল দিয়া ধুইয়া পরিষ্কার করতঃ আগে বসাইতে হইবে এবং গরম হইলে, তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে উহা পাকিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে তেজপাতা ও অর্দ্ধেক পরিমাণ লবঙ্গ, ছোট এলাচের দানা এবং গুলদারচিনির কুচি আর ছেঁচিয়া দিয়া

নাড়িতে হইবে। উহা পাসচে রঙের হইলে তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত ব্যঞ্জন ঢালিয়া দিয়াই হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে এবং ফুটিয়া আসিলেই ঢাকনি খুলিয়া বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় দুই একখানি আলু ভাজিয়া দিলে ঝোল ঘন হইয়া আসিবে। এদিকে অবশিষ্ট গরমমসলা বেশ মিহি-চূর্ণ করিয়া বাটিয়া সমুদয় ঘৃতে ভুনিয়া ঐ ব্যঞ্জনে ঢালিয়া দিয়াই আর একবার নাড়িয়া চাড়িয়া উত্তমরূপে হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া রাখিতে হইবে। অনন্তর দশ বার মিনিট পরে এই ছানার কালিয়া আহার করিয়া দেখ, উহা কেমন সুখাদ্য রসনার লোভ-জনক হইয়াছে।

হাইদ্রাবাদী কালিয়া।

মুসলমান জাতি দ্বারা কালিয়া রন্ধনের বিস্তর উন্নতি সাধিত হইয়াছে। নানা প্রকার নিয়মে কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। ঘৃত ও মসলাদির সামান্য পরিমাণ হইতে অধিক পরিমাণ ব্যবহারের রীতি আছে। এক এক প্রকার কালিয়া এতদূর গুরু-স্নিগ্ধ এবং গুরু-পাক যে, সকলে তাহা আহার করিয়া পরিপাক করিতে সমর্থ হয়েন না। অত্যন্ত সুখাদ্য বলিয়াই কালিয়া রাঁধিবার নিয়ম পৃথিবীর মধ্যে অন্যান্য সভ্যজাতি উহার অনুকরণ করিয়াছেন।

অনেকেই অনুমান করেন, কালিয়া হইতে কারি রাঁধিবার নিয়ম বাহির হইয়াছে। মুসলমানদিগের নিকট হইতে ইহুদিগণ এবং ইহুদিদিগের নিকট হইতে ইয়ুরোপের অন্যান্য জাতি কারি রাঁধিতে শিক্ষা লাভ করিয়াছেন। এক্ষণে কারি পৃথিবীর মধ্যে প্রায় সর্ব্বত্র প্রচলিত।

উপকরণ ও পরিমাণ—মাংস এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, আনারস (১) এক পোয়া, দধি এক পোয়া, ক্ষীর আধ পোয়া, আলু আধ সের, পেস্তাবাটা তিন তোলা, ধনেবাটা তিন তোলা, বাদাম বাটা তিন তোলা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, জাফরাণ (২) আটআনা, লঙ্কা বাটা এক তোলা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, দারুচিনি বাটা ছয় আনা, ছোট এলাচ বাটা ছয় আনা, তেজপাতা আটখানি, লবণ চারি তোলা, জল এক সের।

অত্যন্ত পাকা মাংস কালিয়ার পক্ষে তত ভাল নহে। কারণ মাংস পাকা হইলে তাহা ঝোলের সহিত লপেটে গোছের মাখা মাখা হয় না এবং আহারের সময় চিবাইতে ছিবড়া থাকে, মুখে মিলাইয়া যায় না, এজন্য কোমল মাংসই অতি উত্তম। অল্প-বয়স্ক ছাগ বা হাগোয়ানের মাংস হইলেই ভাল হয়।*

(১) ইচ্ছা হইলেই ত্যাগ করিতে পারা যায়।
(২) অভাবে হরিদ্রাবাটা।
* গর্ভসঞ্চার হয় নাই এরূপ ছাগী।

প্রথমে আদাবাটা, ধনেবাটা, পিয়াজবাটা, লঙ্কাবাটা, জাফরাণ বা হরিদ্রাবাটা প্রভৃতি সমুদয় মসলাগুলি উত্তমরূপ খিচ্‌শূন্য করিয়া বাটিয়া রাখিতে হইবে। মসলার দোষে অনেক সময়ে ব্যঞ্জনাদি খারাপ হইয়া থাকে। আমরা বিশেষ-রূপ পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, বাটা মসলা অপেক্ষা গুঁড়া মসলা দ্বারা ব্যঞ্জন রন্ধন করিলে উহার সুন্দররূপ রঙ হইয়া থাকে। পৃথিবীর মধ্যে অধিকাংশ দেশেই গুঁড়া মসলা প্রচলিত। ইয়ুরোপের মধ্যে প্রায় সমুদায় দেশে কলে পেষিত মসলার গুঁড়া ব্যবহৃত হইয়া থাকে। ভারতবর্ষের মধ্যে উত্তর পশ্চিমাঞ্চলেও মসলার গুঁড়া ব্যবহার করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। বাটা মসলায় ব্যঞ্জনে ভালরূপ রঙ হয় না এবং ব্যঞ্জন অধিকক্ষণ স্থায়ী হইতে পারে না। এস্থলে আর একটী কথা মনে রাখা উচিত। আমরা অনেক সুপাচককে মাংসাদিতে জীরামরিচ ব্যবহার করিতে দেখিতে পাই না। জীরামরিচ দ্বারা মাংসের কোন প্রকার সু-তার হয় না, বরং আস্বাদন মন্দ হইয়া থাকে।

প্রথমে সমুদায় ঘৃত জালে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে আলুগুলি অল্প কসিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া লইতে হইবে। এখন ঐ ঘৃতে ধনেবাটা, জাফরাণ, আদা-বাটা, পিয়াজ বাটা, লঙ্কাবাটা দিয়া অনবরত নাড়িতে হইবে। নাড়িবার সময় মধ্যে মধ্যে তাহাতে শীতল জলের ছিটা মারিতে হইবে। মসলা যেন কোন ক্রমে পাক-পাত্রের গাত্রে আমড়া-

ইয়া ধরিতে না পারে কিম্বা পুড়িয়া উঠিয়া উহা বিকৃত না হয়, তজ্জন্য হাঁড়ি বা ডেক্‌চির গায়ে (ভিতরে) অল্প জলের ছিটা দিলে ভাল হয়। অনন্তর তাহাতে দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। এইরূপ নাড়িতে নাড়িতে এক প্রকার উত্তম রঙ হইয়া উঠিবে।

এদিকে আর একটী হাঁড়িতে জল উনানে জ্বালে বসাইয়া রাখিতে হইবে।*

যখন দেখা যাইবে মসলা ঘৃত সংযোগে এক প্রকার উত্তম সোণার রঙের ন্যায় হইয়াছে এবং উত্তম গন্ধও বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে মাংসগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে হইবে। এই সময় হইতে মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। কিছুক্ষণ পরে দেখা যাইবে, মাংস হইতে যে জল বাহির হইয়াছিল, তাহা মরিয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত গরম জল ঢালিয়া দিতে হইবে। কিছুক্ষণ পরে, তাহাতে লবণ দিয়া একবার উত্তমরূপ নাড়িয়া চাড়িয়া পূর্ব্বের ন্যায় পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে মাংস প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন তাহাতে আনারস ও ভাজা আলুগুলি দিতে হইবে।

---

* কেহ কেহ আবার শুধু জল না দিয়ে ধনে, তেজপত্র প্রভৃতি আখ্‌নির মসলা দ্বারা ঐ জল প্রস্তুত করিয়া লয়েন, আখ্‌নির জল হইলে কালিয়া সর্ব্বাংশে সুখাদ্য হয়।

মাংস উত্তমরূপ সুসিদ্ধ হইয়া যখন দেখা যাইবে, কোলের ভাগ করিয়া আসিয়াছে এবং উহার এক প্রকার থক্‌থকে অবস্থা হইয়াছে, তখন তাহাতে ছোটএলাচবাটা ও বাদামবাটা ক্ষীরে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়াই উহা নামাইয়া রাখিতে হইবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত উহা পরিবেশন করা না হইবে, ততক্ষণ যেন পাক-পাত্রের মুখ ঢাকা থাকে। অনন্তর পরিবেশনের সময় একবার নাড়িয়া চাড়িয়া লইলেই চলিতে পারে।

এই কামরাবাদী কালিয়া রাঁধিতে পারিলে এমন রসনা নাই, যাহা কখন উহা ভুলিতে পারে।

রোহিত মৎস্যের প্রলেহ।

রোহিত মৎস্যের প্রলেহ যে কি প্রকার সুখাদ্য, তাহা একবার আহার করিয়া দেখ। উহা এরূপ মুখ-প্রিয় যে, একবার আহার করিলে সর্ব্বদাই আহারে প্রবৃত্তি জন্মে। উহার পাক-নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—রোহিত মৎস্য এক সের, ঘৃত এক পোয়া, ছোলার বেশন আধ পোয়া, গন্ধদ্রব্যচূর্ণ আট আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, মরিচ আটআনা, ধনেবাটা দুই তোলা, জাফরাণ চারি আনা, বাদাম বাটা আধ পোয়া, দধি দুই ছটাক, লবণ দুই তোলা।

প্রথমে অগ্রে মৎস্যের আঁইষ ও আঁশ, পেটের, কাঁটা ফেলিয়া

বাছিয়া বেশ করিয়া জলে ধুইয়া লও। পরে এক আঙুল পু
করিয়া মাটীর প্রলেপ তাহার গায়ে লেপ। এখন তপ্ত বা
কার মধ্যে ঐ মৎস্য স্থাপন কর। বালির তাপে যখন দে
যাইবে যে, মৎস্যের গাত্রস্থ প্রলেপ লাল হইয়া উঠিয়াছে, তখ
তাহা বালুকা মধ্য হইতে তুলিয়া লও। এবং তাহার গাত্র
প্রলেপের মাটী তুলিয়া ফেল। মৎস্য পরিষ্কার করিবার জন
আবশ্যকমত গরম জলে তাহার গা ধুইয়া লও।

মৎস্য পরিষ্কৃত হইলে সাবধানে তাহার কাঁটা বাছিয়া ফেল
এই সময় কিছু গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ও সমুদায় বেসম ঐ মৎস্যের উপ
ছড়াইয়া দিয়া বেশ করিয়া মিশ্রিত করিয়া লও অর্থাৎ খা
প্রস্তুত কর।

এখন এই খাদ্য দ্বারা ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মৎস্যের আকার নির্ম্মাণ কর

এদিকে একটী হাঁড়িতে জলপূর্ণ করিয়া তাহার উপরিভাগে
খড় বিছাইয়া দাও, খড় সাজান হইলে হাঁড়িটী আলে বসাও
এবং অতি সাবধানে নির্ম্মিত মৎস্যগুলি উহাতে স্থাপন কর
যখন দেখা যাইবে, অর্থাৎ উহা কঠিন হইয়া উঠিয়াছে তখন
নামাইয়া রাখ

এই সময় একখানি কড়াতে ঘৃত ঢালিয়া দিয়া তাহা আলে
চড়াইয়া এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে ছোট এলাচ
ফোড়ন দিয়া মৎস্যখণ্ডগুলি ভাজিয়া লও। ঈষৎ বাদামী বর্ণে
ভাজা হইলে তাহাতে ধনেবাটা, মরিচ বাটা এবং লবণ জলে
গুলিয়া ঢালিয়া দাও। বেশ সুসিদ্ধ হইয়া জল মরিয়া আসিলে

বাদাম, দধি, জাফরাণ এবং অবশিষ্ট গন্ধ-দ্রব্য চূর্ণ দিয়া নামাইয়া লও।

রোহিত মৎস্যের প্রলেহ মধুরান্ন করিতে হইলে মৎস্যখণ্ড সাঁতলানর পর তাহাতে আখের পানক ও আধপোয়া কিস্‌মিস্ দিয়া পাকের পর, শেষে শেষোক্ত দ্রব্যগুলি ঢালিয়া দিয়া নামাইয়া লইবে।

মালাই চিকেন্ কারি।

মালাই কারি সুস্বাদের জন্য অত্যন্ত আদৃত। উহা প্রস্তুত বায়-সাধ্য নহে। যেরূপে এই কারি পাক করিতে হয়, তাহা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মুরগীর মাংস আধ সের, ঘৃত এক ছটাক, পিয়াজ বাটা আধ ছটাক, আদাবাটা সিকি কাঁচ্চা, হরিদ্রা বাটা আধ কাঁচ্চা, রসুন বাটা দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ পাঁচটী, ছোট এলাচ চূর্ণ চারিটী, দারুচিনি চূর্ণ দেড় আনা, নারিকেল দুগ্ধ একপোয়া, লবণ একতোলা ও লঙ্কা বাটা আধ কাঁচ্চা।

মালাই কারিতে ধনে ও জীরা আদৌ ব্যবহার হয় না, কারণ তদ্দ্বারা নারিকেল দুগ্ধের সৌগন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে। যে সকল মসলা চূর্ণ কিম্বা বাটিতে হইবে, তৎসমুদায় যে, ছিবড়া-শূন্য হওয়া আবশ্যক, তাহা যেন মনে থাকে।

একটী পূর্ণ বয়স্ক মুরগীর পালকাদি ছাড়াইয়া যে নিয়মে মাংস কুটিয়া লইতে হয়, সেই নিয়মে কুটিয়া লইবে।

এদিকে মনুদর ঘৃত সমেত পাক-পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে ছোট এলাচ ভিন্ন সমুদায় মসলা দিয়া উত্তমরূপে নাড়িতে থাকে। নাড়িতে নাড়িতে অল্প লাল্‌ছে রঙ হইলে তাহাতে সমুদায় মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িতে থাকিবে এবং উহা বাদামী বর্ণের হইলে তাহাতে নারিকেল দুধ ও লবণ দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়াই পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। পরে জল দিতে হইবে না। এই সময় মৃদু জাল দেওয়া আবশ্যক তাহা যেন মনে থাকে।

যে নিয়মে নারিকেলের দুধ বাহির করিতে হয় তাহা সকলেরই জানা আছে। নারিকেল কুরিয়া তাহাতে অল্প মাত্রায় গরম জল দিয়া নিংড়াইয়া লইলে দুধ বাহির হইবে। এই দুধেই মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। মালাই কারিতে ঝোল থাকে না। অল্প গা-মাখা গোছের ঝোল থাকিবে। যখন দেখা যাইবে মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন ছোট এলাচ চুর্ণ উপরে ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া লইবে।

মুরগীর ন্যায় পায়রা প্রভৃতি অন্যান্য মাংসেরও এই নিয়মে কারি রাঁধিতে পারা যায়।

বাগ্‌দা চিংড়ির মালাই কারি।

বাগ্‌দা চিংড়ির মালাই কারি রাঁধিতে হইলে তাহার মাথা বাদ দিতে হয়। কারণ মাথা সমেত রাঁধিতে হইলে ভাজিবার সময় তাহা হইতে এক প্রকার কাল রস নির্গত হইয়া থাকে, তদ্দারা ব্যঞ্জন বিস্বাদ হয়। এজন্য উহা কাটিয়া ফেলাই সুপরামর্শ।

যে নিয়মে মাছের খোলা ও মাথা বাদ দিয়া কুটিয়া লইতে হয়, সেই নিয়মে উহা প্রস্তুত করিয়া লইবে। পরে মাছগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া জল ফেলিয়া দিবে। না ভাজিয়া সিদ্ধ করিবার উদ্দেশ্য এই যে, তদ্দারা মাছের আঁস্‌টে গন্ধ নষ্ট হইয়া যায়।

চিকেন মালাই কারি রাঁধিতে যেরূপ নিয়ম লিখিত হইয়াছে, ইহারও রাঁধিবার নিয়ম ঠিক সেইরূপ, প্রভেদের মধ্যে এই ব্যঞ্জনে আদা আদৌ ব্যবহার হয় না।

রোহিত মাছের ইংলিস কারি।

মৎস্য আধ সের, সরিষার তৈল দেড় ছটাক, পিঁয়াজ বাটা দেড় তোলা, হরিদ্রা বাটা আধ তোলা, লঙ্কাবাটা দশ আনা রশুন দুই আনা, জল এক পোয়া, লবণ দুই তোলা। রন্ধনের পূর্ব্বে মাছগুলি ইংলিস প্রক্রিয়ায় কুটিয়া, লবণ ও জলে ধুইয়া

লওয়া কর্ত্তব্য। তাহা হইলে তোমনের পদার্থ আমিষ গন্ধ পাইবে না।

এক্ষণে একটী পাক-পাত্রে এক ছটাক তৈল আগে চড়াইয়া তাহা পাকিয়া আসিলে মৎস্তগুলি উত্তমরূপে ভাজিয়া পাত্রান্তরে তুলিয়া রাখিবে। পরে অবশিষ্ট তৈল ঐ পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিতে হইবে এবং যখন পাঁজা মরিয়া আসিবে, সেই সময় মসলাগুলি তাহাতে দিয়া নাড়িতে থাকিবে। যখন দেখা যাইবে যে, মসলাগুলির বেশ বাদামী রং হইয়াছে ও এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে জল ঢালিয়া দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। ঐ জল যখন ফুটিতে আরম্ভ হইবে, সেই সময় ভাজা মাছগুলি ঢালিয়া দিয়া পুনরায় পাত্রটী ঢাকিয়া রাখিবে। কিছুক্ষণ ফুটিলে তাহাতে লবণ দিয়া আস্তে আস্তে একবার নাড়িয়া দিবে। যখন জল মরিয়া গা-মাখা গা-মাখা বোল থাকিবে, সেই সময় উনান হইতে নামাইয়া লইলেই মাছের ইংলিস কারি প্রস্তুত হইল।

ডিম্বের কারি।

ডিম্ব আটটী, ঘৃত এক ছটাক, লবণ এক তোলা, পিঁয়াজ বাটা এক তোলা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, আদা বাটা ছয় আনা রশুন বাটা দুই আনা, পিঁয়াজ (কুচা) বারটী। পিঁয়াজগুলি লম্বা ভাবে এক কি আধ ফালি করিয়া চিরিয়া লইবে।

প্রথমতঃ ডিমগুলি সুসিদ্ধ করিয়া খোলা ছাড়াইয়া দুই ভাগে কাটিয়া রাখিবে। তাহার পর ঘৃত চাপাইয়া লাল হইয়া আসিলে তাহাতে পিয়াজগুলি ছাড়িয়া দিবে। পিঁয়াজ লাল হইয়া আসিলেই নামাইয়া স্বতন্ত্র রাখিয়া দিবে। পরে অন্যান্য মসলাগুলি একত্র ঘুঁটিয়া ঘৃতে ফেলিয়া দিবে এবং লাল হইয়া আসিলে, তাহাতে পিয়াজ ভাজা ফেলিয়া দিয়া আবশ্যক মত জল দিবে এবং জল মরিয়া গা-মাখা গোচ হইয়া আসিলেই নামাইয়া লইবে।

পাঁঠা বা ভেড়ার কোপ্তা কারি।

মাংস এক সের, ঘৃত আধ পোয়া, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, লঙ্কা গুঁড়া এক কাঁচ্চা, হরিদ্রা গুঁড়া এক কাঁচ্চা, আদা বাটা আট আনা, মরিচ গুঁড়া আট আনা, রশুন বাটা চারি আনা, লবণ দেড় ছটাক, বিস্কুটের গুঁড়া বড় চামচের তিন চামচে, ডিম একটা।

এক খানি অতি উৎকৃষ্ট রাং হইতে হাড় বাছিয়া মাংস বাহির করিয়া লও। হাড়গুলি সিদ্ধ করিয়া জল প্রস্তুত করিয়া রাখ। মাংসগুলি ধুইয়া উত্তমরূপে বাটিয়া লও এবং শিরা প্রভৃতি ফেলিয়া দাও। বাটা মাংসে চা-চামচের এক চামচ লবণ ও মরিচ এবং মাঝারি চামচের দুই চামচ বিস্কুটের গুঁড়া মিশ্রিত কর এবং তাহাতে একটু মাংস সিদ্ধ জল দিয়া

উত্তমরূপে মাখিয়া লও। ডিমটী ভাঙ্গিয়া ফেটাইয়া মাংসে মাখিয়া ছোট ছোট গোলক প্রস্তুত কর এবং ঐ গোলকগুলি বিস্কুটের গুঁড়া মাখাইয়া লও। পরে একটী পাত্রে ঘৃত চাপাইয়া গোলকগুলি বেশ লাল করিয়া ভাজিয়া লও, ভাজিবার পূর্ব্বে মসলাগুলিতে একটু জলের ছিটা দিয়া লইবে। তাহার পর কোপ্তাগুলিতে লবণ মাখাইয়া ঐ ঘৃতে বেশ লাল করিয়া ভাজিয়া লও। এবং মাংসের জল এক বাটী ঢালিয়া প্রায় দুই ঘণ্টাকাল সিদ্ধ করিয়া কিঞ্চিৎ গরম মসলা দিয়া নামাইয়া লও।

বড় চিঙ্গিড়ির কোপ্তা কারি।

মাচ ছোট দশটী, সরিষার তৈল আধ পোয়া, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, লঙ্কা গুঁড়া এক কাচ্চা, মরিচ গুঁড়া আট আনা, লবণ মাঝারি চামচের এক চামচ, বিস্কুটের গুঁড়া বড় চামচের তিন চামচ, ডিম একটী।

মাচগুলির মাথা বাদ দিয়া খোলা ছাড়াইয়া ধুইয়া উত্তমরূপে বাটিয়া লও। উহাতে কিঞ্চিৎ মাখন ঘি, চা-চামচের এক চামচ লবণ ও মরিচ এবং মাঝারি চামচের দুই চামচ বিস্কুটের গুঁড়া ও একটু দুধ দিয়া মাখিয়া লও। পরে ডিমটী ফেটাইয়া মাচে মাখিয়া ছোট ছোট গোলক পাকাইয়া বিস্কুটের গুঁড়া মাখাইয়া রাখিয়াও দাও। পরে মাথা ও দাঁড়াগুলির লও বাহির করিয়া একত্রে ছেঁচিয়া তাহাতে মাঝারি চামচের

এক চামচ কাঁচা ধনে বাটা মিশাইয়া সমস্ত মসলার সহিত তৈলে ভাজিয়া লও। ভাজা হইয়া আসিলে কোপ্তাগুলি উহাতে ফেলিয়া রাঙ্গা করিয়া ভাজিয়া লও। পরে খান কয়েক তেজপাত, লবণ ও এক বাটী জল ঢালিয়া সিদ্ধ কর। জল ঘন হইয়া আসিলেই নামাইয়া লও এবং কিঞ্চিৎ গরম মসলা মিশ্রিত কর।

মাংসের অম্লমধুর শুষ্ক প্রলেহ।

ঝোল না রাখিয়া পানক সহিত মাংস পাক করিলে তাহাকে শুষ্ক প্রলেহ কহিয়া থাকে। ঝোলের মাংস অপেক্ষা এই মাংস আহারে অতি সুস্বাদু। আমাদের দেশে সচরাচর প্রায় মাংসে ঝোল রাখিয়া পাক করা হইয়া থাকে। কিন্তু ইয়ুরোপের মধ্যে অধিকাংশ স্থানে সচরাচর মাংসে আদৌ ঝোল ব্যবহার হয় না, শুষ্ক মাংস তথাকার লোকদিগের নিকট অত্যন্ত আদরণীয়। সে যাহা হউক, যে নিয়মে মাংসের শুষ্ক প্রলেহ পাক করিতে হয় তাহা এস্থলে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত আধ পোয়া, গন্ধ দ্রব্য আট আনা, জাফ্‌রাণ এক আনা, পিয়াজ বাটা দুই ছটাক, আদা দুই তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, চিনি এক পোয়া, লেবুর রস দেড় পোয়া, লবণ দুই তোলা।

মাংসের শুষ্ক প্রলেহে পশুর সকল অঙ্গের মাংস ব্যবহার

হয় না। কলিজা এবং পশ্চাৎ পদের উরুদ্বয়ের মাংস লইয়াই উহা রন্ধন হইয়া থাকে। এজন্য ঐ সকল অংশের মাংস লইয়া তাহা সূক্ষ্ম সূক্ষ্মভাবে বেশ করিয়া খুরিয়া লইবে। অল্প-ক্ষণে মাংস খুরিয়া রাখিয়া দাও।

অনন্তর একটী পাক-পাত্র আগে চড়াইবে এবং তাহাতে রসুন বাটা, আদা বাটা ও লবণ, জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়া জাল দিতে থাকিবে। জলে উহা ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে মাংস নিক্ষেপ করিবে। মাংস বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিলে তখন তাহা নামাইবে এবং আর একটী পাক-পাত্র জালে বসাইবে। এই সময় অর্দ্ধেক ঘৃত পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া পাকাইয়া লইবে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে গন্ধদ্রব্য অর্দ্ধেক ফোড়ন দিয়া মাংস ঢালিয়া দিবে। পূর্ব্বে যে চিনি ও লেবুর রসের কথা বলা হইয়াছে, তদ্দারা পানক প্রস্তুত করিয়া রাখিবে এবং এখন সেই পানক ঐ মাংসে ঢালিয়া দিয়া ফুটাইতে থাকিবে। কিছুক্ষণ জ্বাল পাইলে পুনর্ব্বার অবশিষ্ট ঘৃত দ্বারা তাহা সম্বরণ করিবে এবং কোল শুষ্ক হইয়া রসাল থাকিতে থাকিতে নামাইয়া লইবে। খোলে সমেত নামাইলে মসুন, প্রলেহ এবং কিয়ৎক্ষণ দমে রাখিয়া শুষ্ক করিলেই সর্ব্বাঙ্গ সুন্দর শুষ্ক প্রলেহ প্রস্তুত হইল।

ডিম্বের প্রলেহ।

ডিম্বের প্রলেহ পাক করিতে হইলে প্রথমে কিয়গুলি দমে

সিদ্ধ করিয়া লইবে। পরে খোলা ছাড়াইয়া প্রত্যেক ডিম দুই খণ্ডে কাটিয়া লইবে; পরে ঐ খণ্ডগুলি ঘৃতে ঈষৎ বাদামী বরণে ভাজিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে জীরা, মরিচ, আদা, ধনে এবং পিয়াজ বাটা ও চিনি দিয়া নাড়িতে থাকিবে; বেশ সুগন্ধ বাহির হইতে আরম্ভ হইলে লবণ ও দধি ঢালিয়া দিবে। একবার ফুটিয়া আসিলে পরিমিত জল দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে জাফ্রাণ বাটা দিয়া একবার ফুটাইবে। পরে তাহাতে ঘৃত ও গন্ধ-দ্রব্য চূর্ণ দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া নামাইয়া লইবে। যেরূপ উপকরণ প্রয়োজন নিম্নে তাহার তালিকা লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম আধ সের, জীরা এক তোলা, মরিচ আধ তোলা, আদা এক তোলা, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আট আনা, গুড় অথবা চিনি আধ তোলা, লবণ তিন তোলা, দধি এক পোয়া, ঘৃত দুই ছটাক, জাফরাণ দুই আনা। হংস ও মুরগী উভয়বিধ ডিম দ্বারাই উহা পাক হইতে পারে। তবে হংস ডিমে কিছু আঁসটিয়া গন্ধ হয়, মুরগী ডিমে তাহা থাকে না।

ডিম প্রলেহে ইচ্ছা হইলে গোলআলু এবং কলাইশুটির দানা দিয়া পাক করিলে আরও উত্তম হইয়া থাকে।

অম্লমধুর মৎস্য পাক।

পাকে অম্লমধুর আস্বাদ হইলে সেই রস্ত আহারে অত্যন্ত

রুচি-জনক হইয়া থাকে। যে নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয়, তাহা এস্থলে লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ধৌত মৎস্যখণ্ড এক সের, গোলআলু আধ সের, ঘৃত এক পোয়া, লেবুর রস দেড় পোয়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আট আনা, ছোট এলাইচ দুই আনা, জাফরাণ দুই আনা, কিস্‌মিস্ দুই ছটাক, বাদাম এক ছটাক, ধনে দুই তোলা, আদা দুই তোলা, লবণ তিন তোলা, চিনি আধ পোয়া।

মৎস্যে কিঞ্চিৎ গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাখিয়া আধ পোয়া ঘৃতে এলাইচ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া লও। আলু ও বাদাম, আধ ছটাক ঘৃতে সাঁতলাইয়া রাখ। এখন পানক প্রস্তুত করিয়া তাহা জালে চড়াও এবং ফুটিয়া আসিলে মৎস্য, আলু, বাদাম ও কিস্‌মিস্ এক সঙ্গে তাহাতে ঢালিয়া দাও। পরে তাহাতে ঘৃত ও গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ব্যতীত সমুদায় উপকরণগুলি ঢালিয়া দিয়া মৃদু তাপ দিতে থাক। খা-মাখা গোছের হইয়া উঠিলে তখন তাহাতে গন্ধদ্রব্য চূর্ণ ও অবশিষ্ট ঘৃত দিয়া নামাইয়া লও। এখন এই মৎস্য আহার করিয়া দেখ, উহা বাস্তবিক অম্লমধুর আস্বাদের হইয়া রসনা তৃপ্তি-কর হইয়াছে কি না?

নারাঙ্গ প্রলেহ।

নারাঙ্গ লেবুর আকারের ন্যায় গঠন করিয়া এই প্রলেহ পাক হইয়া থাকে বলিয়া ইহাকে নারাঙ্গ প্রলেহ কহে। নারাঙ্গ প্রলেহ খাইবার বেশ তৃপ্তি-কর।

উপকরণ ও পরিমাণ।—খোয়া মাংস দেড় সের, ঘৃত দেড় পোয়া, পিয়াজ দুই তোলা, ধনে এক তোলা, বাদাম এক ছটাক, পেস্তা দুই ছটাক, কিস্‌মিস্ দুই ছটাক, আদা এক তোলা, ছোলার বেশন এক ছটাক, পানক দেড় পোয়া, ডিম দুইটা, মরিচ আধ তোলা, লেবু একটা, গন্ধদ্রব্য বার আনা, লবণ চারি তোলা, জাফরাণ দুই আনা।

লিখিত মাংসের মধ্যে আধ সের রাখিয়া এক সের মাংসে আদাবাটা মাখাইয়া ঘৃতে কষিয়া লও। একণে ধনেবাটা এবং লবণ পরিমিত জলে গুলিয়া ঐ মাংসে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দিতে থাক। সুসিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া রাখ।

এদিকে অবশিষ্ট আধসের মাংস অর্দ্ধেক গন্ধদ্রব্যের সহিত ঘৃতে ভাজিয়া তাহাতে বেশন, ডিমের শ্বেত ভাগ, গন্ধদ্রব্যের কিয়দংশ চূর্ণ এবং লেবুর রস একত্রে মিশ্রিত করিয়া, তদ্দ্বারা মাদা প্রস্তুত কর। এখন এই মাদাতে কতকগুলি ঠুলি প্রস্তুত করিয়া তন্মধ্যে কিস্‌মিস্ ও পেস্তা চূর্ণ পূর দিয়া নারাঙ্গ লেবুর আকারে গঠন কর। সমুদায়গুলি গঠিত হইলে বাষ্প-যন্ত্রে পাক কর এবং দৃঢ় হইলে নামাইয়া লও। পরে তাহা ঘৃতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া পানকে এক ঘণ্টা ডুবাইয়া রাখ।

অনন্তর এক ঘণ্টা পরে পানক সমেত ঐ লেবুর আকৃতিগুলি পূর্ব্ব-পক্ক মাংস ও ঝোলের সহিত এক সঙ্গে মিশাইয়া অল্প তাপ দ্বারা পাক কর। সুপক্ক হইলে অল্পমাত্র ঝোল লইয়া তাহাতে বাদাম বাটা, জাফরাণ ও অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃতে গুলিয়া ঢালিয়া

দাও। এখন একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া তাহাতে অবশিষ্ট মসলা চূর্ণ ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া লও।

পঞ্চম পরিচ্ছেদ।

কোর্ম্মা প্রকরণ।

কালিয়ার ন্যায় কোর্ম্মাও অতি উপাদেয় খাদ্য। কোর্ম্মার মাংস বড় বড় আকারে কুটিয়া লইতে হয়। কোর্ম্মাতেও অধিক ঝোল ব্যবহার হয় না। গা-মাখা গা-মাখা ঝোল রাখিতে হয়। কালিয়া অপেক্ষা এই ব্যঞ্জনে অধিক পরিমাণে ঘৃত ব্যবহার হইয়া থাকে। জল ব্যতীত কেবলমাত্র ঘৃত ও দধি দ্বারা রন্ধন করিলে কোর্ম্মা অত্যন্ত সুস্বাদু হইয়া থাকে। অম্লমধুর আস্বাদযুক্ত কোর্ম্মার বিশেষ আদর দেখিতে পাওয়া যায়। পলান্নের সহিত কালিয়া ও কোর্ম্মাই অতি উপাদেয় উপকরণ। কালিয়ার ন্যায় কোর্ম্মাতেও বাদাম, পেস্তা প্রভৃতি ব্যবহার হইয়া থাকে। উপকরণ ও রন্ধন নিয়মের বিভিন্নতা অনুসারে কোর্ম্মা নানাবিধ। ভিন্ন ভিন্ন কোর্ম্মার ভিন্ন ভিন্ন আস্বাদন।

মোগলাই মিঠা কোর্ম্মা।

কোর্ম্মা প্রথমতঃ মোগলাই, হিন্দুস্থানী এবং ইহুদী এই [illegible] বিভক্ত করিতে পারা যায়। [illegible]

প্রত্যেকের রন্ধন-প্রণালী অনুসারে বহুবিধ নিয়মে রন্ধন হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন নিয়মে রন্ধন করিলে উহার যে, আস্বাদন পৃথক্ পৃথক্ হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় সকলে সহজেই বুঝিতে পারিয়াছেন। অন্য একটী সহজ উপায়ে মোগলাই মিঠা কোর্মা রাঁধিবার প্রণালী সাধারণের গোচর করিব। এই প্রণালীটী এত সহজ যে, ইচ্ছা করিলে সকলেই উহা প্রস্তুত করিয়া পরীক্ষা করিতে পারেন, মিঠা কোর্মা রসনায় কেমন তৃপ্তি-কর।

প্রথমতঃ একসের পরিমিত মাংস খণ্ড খণ্ড করিয়া কুটিতে হইবে। পরে শীতল জলে উহা উত্তমরূপ করিয়া ধৌত করিয়া লইতে হইবে। মাংস ধোওয়া হইলে তাহাতে দুই আনা আন্দাজ রসুন বাটা উত্তমরূপে মাখাইতে হইবে *। উহা মাখান হইলে দুই তোলা পিয়াজ বাটাও মাখাইতে হইবে। পিয়াজ বাটা মাখান হইলে দুই তোলা আদাবাটা মাখাইতে হইবে। আদা মাখান হইলে আধতোলা লঙ্কাবাটা মাখাইতে হইবে। অনন্তর দেড় তোলা লবণ, দারুচিনির ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কুচি ছয় আনা, লবঙ্গ চারি আনা, ছোট এলাচের দানা দুই আনা এবং আধ ছটাক চিনি কিম্বা বাতাসা ঐ মাংসের সহিত মিশাইয়া শীতল স্থানে আন্দাজে এক ঘণ্টা কাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

* যাঁহারা পিয়াজ ও রসুন ব্যবহার করিতে ইচ্ছা না করেন, তাঁহারা উহার পরিবর্তে আর এক তোলা আদা বেশী দিলেই চলিতে পারে।

পরে একটী পাক-পাত্র আগুণে চড়াইতে হইবে। এই সময় পাচক ও পাচিকাদিগকে মনে রাখা আবশ্যক যে, পাঁঠার মাংস হইলে আধ পোয়া এবং খাসী কিম্বা মটন হইলে এক ছটাক ঘৃত আগুণে চড়াইতে হইবে। মাংস বিশেষে এইরূপ ঘৃত কম বেশী করিবার কারণ এই যে, ছাগ মাংসে চর্ব্বির ভাগ অল্প থাকে এবং খাসী ও মটনে চর্ব্বি অধিক পরিমাণে লক্ষিত হয়। যাহাতে চর্ব্বি অধিক, তাহাতে ঘৃত অধিক না দিলে কোন ক্ষতি হয় না। কারণ ঐ চর্ব্বি আগুণে গলিয়া গিয়া ঘৃতের কায করিয়া থাকে। একটী ডেকচিতে ঘৃত আগুণে চড়াইলে ভাল হয়। ডেকচির অভাবে হাঁড়িতে রাঁধা চলিতে পারে। যখন দেখা যাইবে ঘৃতের গাঁজা মরিয়াছে, তখন উহাতে পূর্ব্বপ্রস্তুত মাংস ঢালিয়া দিয়া খুন্তি দ্বারা বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে। মাংস কিয়ৎক্ষণ জ্বাল পাইলে হাঁড়ির মুখের ঢাকনিটী একবার খুলিয়া উহা একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া উলট পালট করিয়া দিতে হইবে। এই সময় দেখা যাইবে মাংস হইতে এত জল বাহির হইয়াছে যে, তাহাতেই বোধ হইবে আর জল দেওয়ার আবশ্যকতা নাই। এইরূপ নিয়মে মাংসগুলি নাড়িয়া পুনর্ব্বার হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যতক্ষণ পর্য্যন্ত মাংসের ঐ রস বা জল কমিয়া না যায়, ততক্ষণ পর্য্যন্ত মধ্যে মধ্যে তিন চারি মিনিট অন্তর অন্তর পূর্ব্ববৎ নিয়মে এক একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। পরে যখন দেখা

যাইবে যে, মাংসের সমুদায় জল শুষ্ক হইয়া ঘৃতমাত্র অবশিষ্ট আছে, সেই সময় অনবরত ঐ মাংস নাড়িতে হইবে। নাড়িতে ত্রুটি করিলে মসলাদি হাঁড়ির তলায় ধরিয়া লাগিবার সম্ভব। এই সময় মসলার সুঘ্রাণে ঘর আমোদিত হইতে থাকিবে। মাংস উত্তম সুসিদ্ধ হইয়াছে কি না তাহা জানিবার জন্য হাঁড়ি হইতে একখানি মাংস তুলিয়া টিপিয়া দেখিতে হইবে। গরম মাংস টিপিতে গেলে আঙুলে অধিক উত্তাপ লাগিবার সম্ভব। অতএব একটী পাত্রে খানিক শীতল জল রাখিয়া তাহাতে খানিক মাংস তুলিয়া রাখিবে এবং একটু পরে তাহা টিপিয়া দেখিলে আঙুলে গরম লাগিবে না এবং উহা সিদ্ধ হইয়াছে কি না তাহাও বুঝিতে পারা যাইবে। টিপিলে যদি উহা সুসিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে এরূপ বোধ হয়, তবে উহাকে [illegible] এক ছটাক ঘৃত ঢালিয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করতঃ [illegible]নের আঁচ হইতে নামাইয়া এক ঘণ্টাকাল রাখিলেই উহা খাদ্যোপযুক্ত হইয়া উঠিবে। কিন্তু যদি মাংস টিপিলে কঠিন বোধ হয়, তাহা হইলে এই সময় ঘৃত না দিয়া অর্দ্ধসের পরিমাণে জল ঢালিয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ বন্ধ করতঃ জ্বাল দিতে হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ জ্বাল পাইলে জল শুষ্ক হইয়া মাংস সুসিদ্ধ হইবে। এই সময় এক ছটাক ঘৃত উহাতে ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া এক ঘণ্টা কাল [illegible] রাখিলেই আহারের উপযোগী হইবে।

মাংসের মিষ্ট অম্ল।

অস্থি-শূন্যমাংস এক সের, ধনে বাটা দুই তোলা, লবণ চারি তোলা, গোল মরিচ আধ তোলা, দধি এক পোয়া, চিনি এক পোয়া, হরিদ্রা দুই তোলা, সর্ষপ চারি আনা, ঘৃত আড়াই ছটাক, তেঁতুল চারি তোলা, দারুচিনি চারি আনা, ছোট এলাইচ দুই আনা, গোলাপ জল দুই তোলা, জল দেড় সের।

মাংসগুলি কাটিয়া ধুইয়া জল-শূন্য কর। ধনিয়া, দধি, হরিদ্রা, লবণ ও গোলমরিচ ঐ মাংসের সহিত এরূপ ভাবে মাখিবে যেন, ঐ মাংস মাখিতে মাখিতেই কোমল হয়। মসলা মাখিয়া ঐ মাংস প্রায় তিন ঘণ্টা কাল ঐ অবস্থায় রাখিয়া দিবে। পরে দুই ছটাক পরিমিত ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া ঘৃত যখন পাকিয়া আসিবে, তখন মাংসগুলি তাহাতে ঢালিয়া দিবে। যখন মাংসের রস শুকাইয়া আসিবে, তখন সমুদায় জল মাংসে ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ। মাংস যখন সুসিদ্ধ হইবে, তখন অম্লসের জলে তেঁতুল গুলিয়া তাহাতে চিনি মিশাইয়া ঢালিয়া দিবে। যখন ঐ মাংস খুব ফুটিয়া উঠিবে, তখন অবশিষ্ট ঘৃত আর একটী পাত্রে জ্বালে চড়াইয়া উহা পাকিয়া আসিলে, তাহাতে সর্ষপগুলি ফোড়ন দিয়া ঐ মাংস সম্বরা দিয়া ঢাকিয়া দিবে। পরে কিয়ৎক্ষণ জ্বালে রাখিয়া ঝোল অপেক্ষাকৃত গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া গোলাপ জলে ছোট এলাচ ও দারুচিনি বাটা মিশাইয়া ঢালিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আধ ঘণ্টা কাল ঢাকা দিয়া রাখিবে। এবং

শীতল হইলে আহার করিয়া দেখ, উহার কত তৃপ্তি-জনক আস্বাদ।

ডিমের কোর্ম্মা।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম কুড়িটা, ধনে বাটা তিন তোলা, হরিদ্রা বাটা আধ তোলা, মৌরী চারি আনা, তেজপাতা ছয়খানা, মরিচ-বাটা এক তোলা, দারুচিনি বাটা ছয় আনা, আদা এক তোলা, লবঙ্গ ছয় আনা, ছোট এলাচ বাটা ছয় আনা, ঘৃত এক পোয়া, লবণ দুইতোলা, চিনি এক তোলা।

প্রথমে ডিমগুলি শীতলজলে বেশ করিয়া ধুইয়া লও। পরে একটী পাক-পাত্রে জল চড়াইয়া তাহাতে ধৌত ডিম উত্তমরূপে সুসিদ্ধ কর। ডিম সিদ্ধ হইলে তাহা নামাইয়া রাখ এবং উহা শীতল হইলে তাহার উপরের খোলা ছাড়াইয়া পাত্রান্তরে রাখ।

এখন মরিচ, হরিদ্রা, আদা, ধনে বাটা এবং লবণ অর্দ্ধেক পরিমাণ একসঙ্গে অল্প জলে গুলিয়া বেশ করিয়া ডিমে মাখাইতে থাক। এই সময় আর একটী কাজ করিতে হইবে। একটী সরু শলা দ্বারা প্রত্যেক ডিম ছিদ্র ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যে উক্ত মশলা প্রবেশ করাইয়া দিতে হইবে। এইরূপে গোলা মশলা ডিমের ভিতর ও উপর উত্তমরূপে মাখান হইলে উহার আস্বাদন অপেক্ষাকৃত সুস্বাদু হইবে।

এদিকে একটী পাক-পাত্র জ্বালে চড়াইয়া দেড়-ছটাক ঘৃত পাকাইয়া লইতে হইবে এবং তাহাতে ডিমগুলি ছাড়িয়া দিয়া অল্প পরিমাণে ভাজিয়া নামাইয়া লইতে হইবে।

এখন অবশিষ্ট হরিদ্রাবাটা, মরিচ বাটা, ধনে বাটা এবং আদা জলে গুলিয়া জ্বাল দিতে থাক এবং দুই একবার ফুটিয়া উঠিলে তাহা নামাইয়া পরিষ্কৃত কাপড়ে ছাঁকিয়া পাত্রান্তরে স্থাপন কর। এই সময় অবশিষ্ট লবণও ঐ জলে দিতে হইবে। ইহাই মসলার জল প্রস্তুত হইল।

পূর্ব্বে যে পাক-পাত্রে ডিম ভাজা হইয়াছিল তাহাতে ঘৃত আধ ছটাক দিয়া পুনর্ব্বার ঐ পাত্রটী জ্বালে চড়াও এবং ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে তেজপাতা, আস্ত মৌরী ছড়াইয়া দিয়া একটি কাটি কিম্বা খুন্তি দ্বারা নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে, মৌরীগুলি ফুটিয়া উঠিয়াছে, তখন তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত ডিমগুলি ঢালিয়া আস্তে আস্তে নাড়িতে থাক। পরে পূর্ব্বপ্রস্তুত মসলার জল উহাতে ঢালিয়া দাও এবং মধ্যে মধ্যে ধীরে ধীরে উহা নাড়িয়া দিতে থাক। এরূপ নিয়মে নাড়িতে হইবে, যেন ডিমগুলি ভাঙ্গিয়া না যায়। জ্বালে জল মরিয়া আসিলে লবঙ্গ, দারুচিনি এবং এলাচ উত্তমরূপে বাটিয়া অবশিষ্ট ঘৃত ও চিনির সহিত মিশ্রিত করিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। এই সময় একবার ডিমগুলি আস্তে আস্তে নাড়িয়া চাড়িয়া উনানে হইতে পাক-পাত্রটি নামাইয়া তাহার মুখ ঢাকিয়া রাখ। পরিবেশন-কালে সুপাক পোলের সহিত

ডিমগুলি মাখাইয়া ভোক্তাদিগের পাতে দাও। দেখিবে ডিমের কোর্ম্মা কি মধুর আস্বাদের। এই কোর্ম্মাতে যেন জলের ভাগ না থাকে। জলীয় অংশ অধিক থাকিলে উহা বিস্বাদ হইবে।

গোলআলু অথবা মুখি-কচুর কোর্ম্মা।

আলু অথবা কচুর খোসা ছাড়াইয়া অল্প লবণ ও জলের সহিত উত্তমরূপ ধৌত করিবে। উহা ধৌত হইলে ঘৃতে বাদামী ধরণে ভাজিয়া লইবে। পরে দধি, লবণ, বেসম এবং আদা বাটা, গোলমরিচ বাটা, লঙ্কা বাটা, জীরা বাটা, ধনে বাটা, তেজপাত বাটা, ছোট এলাচ বাটা, লবঙ্গ বাটা, দারুচিনি বাটা, হরিদ্রা বাটা, এক সঙ্গে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। আগে চড়াইয়া অল্পক্ষণ জ্বালে থাকার পর তাহাতে পরিমাণ মত জল এবং জাফরাণ দিয়া পাক-পাত্রের মুখ বন্ধ করিয়া দিবে। জল অর্দ্ধেক মরিয়া আসিলে উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া লইবে। কোর্ম্মার আলু আস্ত আস্ত থাকা আবশ্যক এবং খোসা ছাড়াইয়া সরু শলা দ্বারা ছিদ্র ছিদ্র করিয়া দিতে হয়।

মৎস্যের মোল।

মৎস্যের মোল কিরূপ মুখ-প্রিয় একবার আহার না

করিলে বুঝিতে পারা যায় না। যে নিয়মে উহা পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

বৃহৎ জাতীয় অর্থাৎ রোহিত, কাতলা এবং মৃগেল প্রভৃতি মৎস্যে যৌল পাক করিলে উহার উত্তম আস্বাদ হইয়া থাকে। মৎস্য বড় বড় চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া লইয়া ঘৃতে ভাজিতে হয়। পরে আবশ্যকমত ময়দা ও নারিকেল দুগ্ধ এবং তেজপত্র একত্রে অগ্নে ফুটাইয়া লইতে হয়। এক সের মৎস্যে আধ সের নারিকেল দুগ্ধ হইলেই যথেষ্ট হয়। ফুটিবার পর জ্বাল হইতে উহা নামাইয়া শীতল করিবে। অনন্তর উত্তমরূপে ফেটাইয়া পুনর্ব্বার জ্বালে চড়াইবে এবং মৃদু জ্বালে উহা পাক হইতে থাকিবে। যখন দেখিবে উহা ঘন হইয়া আসিয়াছে, তখন একবারে জ্বাল বন্ধ করিয়া কয়লার আগুনের আঁচে দিতে হইবে। এই সময় ভাজাগুলি ও লবণ উহাতে ঢালিয়া দিবে। আঁচ দেওয়ার পর অখণ্ড মসলা অর্থাৎ ছোট এলাচের দানা, লবঙ্গ, আদার কুচি, দারুচিনির কুচি, কাঁচা লঙ্কার কুচি দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিবে। যখন বেশ থকথকে হইয়া আসিবে, তখন তাহাকে মাখন দিয়া নামাইলে মৎস্যের যৌল পাক হইল।

ষষ্ঠ পরিচ্ছেদ।

কোপ্তা ও কাবাবাদি প্রকরণ।

আলুর কোপ্তা।

আলু অতি উপকারী তরকারী। নানা রকমে উহা ব্যবহার করিতে পারা যায়। এদেশে যে কয়েক প্রকার আলু ব্যবহার হয়, তন্মধ্যে বিলাতী আলুই সর্ব্বাপেক্ষা উত্তম। আলু যেমন খাইতে সুখাদ্য সেইরূপ পুষ্টি-কর; উহা এত পুষ্টি-কর যে, আয়র্লণ্ডবাসিরা অধিক পরিমাণে আলু ভক্ষণ করিয়া দেহ পোষণ করিয়া থাকে। এই আলু প্রথমে সাহেবদিগের দ্বারা এ দেশে আনীত হয় বলিয়া অনেকে উহাকে বিলাতী আলু কহে। এক্ষণে এদেশেও উহার বহুল পরিমাণে চাষ হইতে আরম্ভ হইয়াছে। হিন্দুদিগের মধ্যে কেহ কেহ গোলআলু অপবিত্র জ্ঞানে তাহা ভক্ষণ করেন না। কিন্তু বিবেচনা করিলে উহাতে অপবিত্রতার কোন প্রমাণ পাওয়া যায় না। অন্যান্য উদ্ভিদ্ যে প্রকার পদার্থ আলুও সেইরূপ। আমরা যে সকল তরকারী ব্যবহার করিয়া থাকি তন্মধ্যে আলুর ন্যায় পুষ্টি-কর তরকারী অতি অল্পই দেখিতে পাওয়া যায়। আলুর একটি বিশেষ গুণ এই যে, উহা প্রায় সকল ব্যঞ্জনেই ব্যবহার করিতে পারা যায়। পোড়া ও ভাতে হইতে পিষ্টক প্রভৃতি মিষ্ট দ্রব্য

পর্য্যন্ত ব্যবহৃত হইয়া থাকে। এবং উহা বৎসরের সকল সময় পাওয়া যায়। এরূপ পুষ্টি-কর তরকারী সর্ব্বদা ভক্ষণ করা ভাল।

আলু দ্বারা যে নানাবিধ ব্যঞ্জন প্রস্তুত হয়, তাহা পূর্ব্বেই উল্লিখিত হইয়াছে। মাংসাদির সহিত রন্ধন করিলে উহা এত সুস্বাদু হয় যে, অনেকে মাংস পরিত্যাগ করিয়া আলু ভক্ষণ করিয়া থাকেন। কেবলমাত্র আলু দ্বারা এত উৎকৃষ্ট তরকারী প্রস্তুত হয় যে, তাহার আস্বাদন ঠিক মাংসের ন্যায় হইয়া উঠে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—আলু এক সের, ঘৃত আধ সের, দধি আধ পোয়া, ছোলার ছাতু আট তোলা, আদা দুই তোলা, ধনে দুই তোলা, পোস্তদানা দুই তোলা, মৌরীভাজা এক তোলা, কালজীরা এক তোলা, লবণ তিন তোলা, মরিচ সাড়ে চারি মাসা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি মাসা, লবঙ্গ তিন মাসা।

যে সকল মসলার কথা লিখিত হইল, তদনুসার হইলেই ভাল হয়, তবে দুই একটি না পাওয়া গেলে যে, রন্ধন হয় না তাহা নহে। আমরা মসলাদির যে পরিমাণ লিখিলাম, সকল স্থলে ঐরূপ ওজন করিয়া রন্ধন কার্য্য চলিতে পারে না। কারণ পাচক ও পাচিকাগণ যে, রন্ধন-শালায় সের, দাঁড়ি কিম্বা নিক্তি এবং ঘড়ি ধরিয়া রন্ধন করিবেন তাহা তত সহজ নহে। যাহাতে সহজ উপায়ে এবং অল্প পরিমাণ মাল মসলা দ্বারা

সুস্বাদু তরকারী প্রস্তুত করিতে পারা যায়, তাহার প্রতি লক্ষ্য করিয়া রন্ধন করাই প্রধান গুণপণা। আমাদের দেশের স্ত্রী-লোকেরা আন্দাজ করিয়া মসলাদি দিয়া অতি উৎকৃষ্ট ব্যঞ্জনাদি রাঁধিয়া থাকেন। আমরাও সেই রীতি অনুসারে রন্ধন করিতে পরামর্শ দিই।

যে পরিমাণ আলুর কোপ্তা প্রস্তুত করিতে হইবে, তদনুসারে উত্তম করিয়া খোসা ছাড়াইয়া জলে ধুইতে হইবে। পরে আধ পোয়া ঘৃতে সেই আলুগুলি অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সন্তলন অর্থাৎ সাঁতলাইতে হইবে। যখন দেখিবে উহা বেশ ভাজা ভাজা হইয়াছে, তখন তাহাতে ধনে বাটা, মরিচ বাটা, আদাবাটা ও লবণ তিন তোলা এবং পরিমাণ মত জল দিয়া ঐ আলুগুলি সিদ্ধ করিতে হইবে। হাঁড়িতে অল্পভাগ যুষ অর্থাৎ ঝোল থাকিতে থাকিতে এক ছটাক ঘৃতে অবশিষ্ট লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া এক-বার সাঁতলাইতে হইবে। এবং উহার রস গাঢ় অর্থাৎ ঘন হইলে গন্ধদ্রব্য অর্থাৎ ছোট এলাচ চূর্ণ দিয়া নামাইতে হইবে। এই ঝোলের সহিত আলু, কাজু, পোস্তবীজ, মৌরী এবং দধি মিশাইয়া উত্তমরূপে দলিয়া থাসা প্রস্তুত করিতে হইবে। ঐ থাসা দ্বারা আলুর আকৃতি তৈয়ার করিতে হইবে এবং যদি ইচ্ছা হয় তবে মৌরী ভাজা চূর্ণ ও ছোট এলাচ চূর্ণ লেবুর রসে মিশাইয়া পূর দিতে পারা যায়। অনন্তর পাক-পাত্রে অবশিষ্ট ঘৃত এবং ঐ আলুগুলি

দিয়া কোন প্রকার আচ্ছাদন অর্থাৎ ঢাকনি দ্বারা উহার মুখ বন্ধ করিয়া দিতে হইবে এবং উক্ত দ্রব্য সম্যকরূপ মৃদু আঁচে ভাজা ভাজা হইলে তাহা নামাইয়া রাখিতে হইবে। এই প্রকার প্রস্তুত করা আলুকে আলুর কোপ্তা কহে।

আলুর কোপ্তা প্রস্তুত করিতে হইলে যে সকল দ্রব্য লাগে এবং যেরূপ নিয়মে উহা রন্ধন করিতে হয় তাহা লিখিত হইল। এখন পাচক ও পাচিকাগণ একটী ভাগ স্থির করিয়া যখন যেরূপ আবশ্যক হইবে, সেই হিসাবে উহা প্রস্তুত করিতে সমর্থ হইবেন। যে কোন ব্যঞ্জনাদি রন্ধন করিতে হইলে দুই একবার স্বহস্তে রন্ধন না করিলে তাহাতে জ্ঞানলাভ করিতে পারা যায় না। আমরা আশা করি নূতন পাচক ও পাচিকাগণ একবার বিফলযত্ন হইলে যেন হতাশ্বাস না হয়েন। চেষ্টা করিলে সকলেই যে, পূর্ণ-মনোরথ হইবেন তাহাতে কোন সন্দেহ নাই।

যে নিয়মে আলুর কোপ্তা প্রস্তুতের বিষয় লিখিত হইল তাহা ব্যয়-সাধ্য সুতরাং সামান্য গৃহস্থগণ ঐরূপ অধিক ঘৃতাদি দিয়া রন্ধন করিতে সমর্থ হয়েন না, কারণ অধিক ব্যয় পড়িয়া যায়। এজন্য আমরা রন্ধন সম্বন্ধে দুইটী নিয়ম অবলম্বন করিতে পরামর্শ দিই। অর্থাৎ যাঁহাদিগের অবস্থা সচ্ছল এবং অধিক ঘৃত মসলাদি আহার করিয়া থাকেন, তাঁহারা সেইরূপ নিয়মে রন্ধন করিবেন আর

গৃহস্থগণ অল্প ব্যয়-সাধ্য প্রণালী অবলম্বন করিয়া রন্ধন করিলেই চলিতে পারে। আলুর কোপ্তা প্রস্তুত করিবার স্থলে যেরূপ ঘৃতের পরিমাণ লিখিত হইল, যাঁহাদিগের ঐরূপ ঘৃতাদি ব্যবহার কষ্ট-কর বোধ হইবে, তাঁহারা তৈলে ঘৃতের কাজ সারিয়া লইতে পারেন, এবং শেষ কালে ঘৃত লইয়া দিয়া নামাইলেই অতি অল্প ব্যয়ে কোপ্তা প্রস্তুত হইবে। পাচক ও পাচিকাগণ রাঁধিবার নিয়ম জ্ঞাত হইলে ঘৃত মসলা প্রভৃতি অধিক কি অল্প দেওয়ার আবশ্যকতা অনায়াসেই স্থির করিয়া লইতে পারেন। আমাদের অনুরোধ কেহ যেন ঘৃতাদির পরিমাণ অধিক দেখিয়া মনে না করেন যে, উহার কমে রন্ধন হইতে পারে না। তৈল দ্বারা রন্ধন করিতে হইলে, মসলাদির পরিমাণ অর্দ্ধেক করিতে হইবে, কেবল লবণ আড়াই তোলা লইলেই পরিমিত হইবে।

হোসেন্সা কাবাব।

হোসেন্সা কাবাবকে কেহ কেহ কাবাব হোসেনিও কহিয়া থাকেন। এই খাদ্যটী মুসলমানদিগের নিকট হইতে অন্যান্য জাতি শিখিয়া লইয়াছেন। হিন্দু জাতির মধ্যে মাংসের কাবাবাদির বহুল প্রচার দেখিতে পাওয়া যায় না। বাস্তবিক মুসলমান জাতি যারা মাংস রন্ধনের

যার-পর-নাই উন্নতি সাধিত হইয়াছে। হিন্দুদিগের মধ্যে মুসলমানী রন্ধনে বিশেষ অশ্রদ্ধার কারণ অধিক পরিমাণে পিয়াজ ও রশুন ব্যবহার করা। পিঁয়াজ ও রশুন ভিন্ন মুসলমান জাতির প্রায় কোন প্রকার মাংস রন্ধনের ব্যবস্থা নাই। আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, পিয়াজ ও রশুন দ্বারা মাংসাদির আস্বাদগত অনেকটা উন্নতি হইয়া থাকে। তবে অধিক পরিমাণে ব্যবহার করিলে অপকার হইতে দেখা যায়। ভাবপ্রকাশ প্রভৃতি আর্য্য চিকিৎসা-শাস্ত্রে পিয়াজের অনেকগুলি গুণ লিখিত আছে। অর্থাৎ পিয়াজ রসে ও পাকে মধুর, কফ-জনক, বীর্য্য-জনক, গুরু ও বাত-নাশক এবং অতিশয় পিত্তবর্দ্ধক বা উষ্ণ নহে। (*) সে যাহা হউক মাংসাদির রন্ধন সম্বন্ধে মুসলমান জাতি যে বিস্তর শ্রীবৃদ্ধি করিয়াছেন, তাহা সকলকেই এক বাক্যে স্বীকার করিতে হইবে। এক্ষণে আমরা হোসেনী কাবাবের রন্ধন-প্রণালী নিম্নে লিখিতে প্রবৃত্ত হইলাম।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত এক † পোয়া, দধি এক পোয়া, পলাণ্ডুখণ্ড আধ পোয়া,

---

(* স্বাদুঃ পাকে রসেঽনুষ্ণঃ কফকৃন্নাতিপিত্তলঃ।
হরতে কেবলং বাতং বলবীর্য্যকর গুরুঃ॥
ইতি ভাবপ্রকাশঃ।

† ঘৃতের পরিবর্ত্তে মাখন দ্বারা প্রস্তুত করিলে অধিক সুস্বাদু হইয়া থাকে।

দারুচিনি বাটা দুই আনা, ছোট এলাচ বাটা দুই আনা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা, আদার রস দেড় ছটাক, ধনে বাটা দেড় তোলা, লবণ আড়াই তোলা।

প্রথমতঃ হাড়-শূন্য মাংসগুলি বাদামী ধরণে খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিতে হইবে। পরে উহা উত্তমরূপে ধৌত করিয়া জল-শূন্য করিবে, পরে উহাতে লবণ, আদার রস ও অর্দ্ধেক দধি মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। তৎপরে একটী পাক-পাত্রে অর্দ্ধেক ঘৃত চড়াইয়া উহার গাঁজা মরিয়া গেলে তাহাতে পিয়াজগুলি বাদামী রঙে ভাজিয়া পাত্রান্তরে রাখিয়া উক্ত ঘৃতে মাংস ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া দিবা, মৃদু মৃদু জ্বাল দিতে থাকিবে ও মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটা খুলিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। রস মরিয়া আসিলে উহা নামাইয়া সর্ব্বত্র ধনিয়া ও অর্দ্ধেক মসলা ও দধি মাখাইয়া একবার জ্বালে চড়াইয়া কিঞ্চিৎ শুষ্ক করিয়া নামাইবে। এই সময় সরু সরু শিক বা শলাকায় একখণ্ড মাংস ও একখণ্ড পিয়াজ ভাজা পর পর ক্রমান্বয়ে গাঁথিয়া তপ্ত অঙ্গারের উত্তাপে ঐ শলাকা ঘুরাইতে ও মধ্যে মধ্যে চামচে করিয়া অবশিষ্ট মসলা ও ঘৃত মিশাইয়া উহাতে কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ দিতে হইবে। এই মসলাযুক্ত সমস্ত ঘৃত উহাতে খাওয়ান হইলে অর্থাৎ মাংস বেশ সুপক্ক হইলে নামাইয়া শলাকা হইতে খুলিয়া একটা পাত্রে সাজাইয়া রাখিবে। [illegible]

আহার করিয়া দেখ, কেমন রসনার তৃপ্তি-কর কাবাব প্রস্তুত করা হইয়াছে।

মাচের কোপ্তা।

মৎস্যের কোপ্তা আহারে কিরূপ মুখ-প্রিয় তাহা পরীক্ষা করিয়া দেখা তত কঠিন নহে। যে সকল মৎস্য আমরা নিত্য আহার করিয়া থাকি, তাহা দ্বারা উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে, তবে একটু পাকা মাচ হইলেই ভাল হয়। কোপ্তা মুসলমানদিগের মধ্যে অধিক প্রচলিত। আজ কাল হিন্দুদিগের মধ্যেও উহার ব্যবহার আরম্ভ হইয়াছে। পিঁয়াজ রশুন পরিত্যাগ করিয়া রন্ধন করিলে হিন্দু-জাতির ব্যবহার-যোগ্য মৎস্য-কোপ্তা প্রস্তুত হইল। এখন পাচকবর্গ নিম্নলিখিত নিয়ম পাঠ করিয়া মাচের কোপ্তা রন্ধন করতঃ আত্মীয় স্বজনের তৃপ্তি করিতে থাকুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্যখণ্ড এক সের, ঘৃত সাড় ছটাক, লবঙ্গ দুই আনা, ছোট এলাচ দুই আনা, দারুচিনি দুই আনা, মরিচ পাঁচ আনা, ধনে দুই তোলা, কাঁচা মুগের দাইল বাটা চারি তোলা, হরিদ্রা বাটা দুই তোলা, আদা দুই তোলা, জোয়ার ছাতু চারি তোলা, দধি এক পোয়া, মৌরী ভাজা চূর্ণ আধ তোলা, কালজীরা আধ

তোলা, লবণ চারি তোলা, হাঁসের ডিম দুইটা, পিয়াজ আধ পোয়া, রশুন এক তোলা, জল এক পোয়া।

প্রথমে মাচগুলি কুটিয়া তাহাতে দুই তোলা হরিদ্রা ও লবণ আধ তোলা মাখাইয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখিতে হইবে, পরে অধিক জলে দুই তিনবার ধৌত করিয়া একটী পাত্রে রাখ। এখন এই ধৌত মৎস্যে এক তোলা লবণ ও আদার রস মাখাও। এদিকে একটী পাক-পাত্রে আধ পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াও এবং উহার উপর ছাড়িয়া দিয়া সাঁতলাইয়া তাহাতে ধনে, আদা, মরিচ, কালজীরা, পিয়াজ ও রশুন বাটা এবং লবণ জলে গুলিয়া ঐ মৎস্যের উপর ঢালিয়া দাও। যখন দেখা যাইবে মাচ সিদ্ধ ও রস শুষ্ক হইয়াছে, তখন এক ছটাক-ঘৃতে লবণ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাও। সাঁতলানর পর ছোট এলাচ ও দারুচিনির গুঁড়া উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া নামাও।

মাচগুলি ঠাণ্ডা হইলে বেশ করিয়া সমুদায় কাঁটা বাহির করিয়া ফেল। এবং মাচের গা-মাখা রসের সহিত দাইল বাটা, পোস্তবীজ, ডিমের সাদা অংশ, মৌরীচূর্ণ ও দধি এক সঙ্গে মিশাইয়া বেশ করিয়া চটকাইয়া লও। এখন ঐ কাদার ন্যায় পদার্থ লইয়া এক একটী ডিমের ন্যায় গড়াও। সমুদায় গড়ান হইলে একটী পাক-পাত্রে এক পোয়া ঘৃত জ্বালিয়া সেই ঘৃতের উপর ঐ গুলি সাজাও। সাজান শেষ হইলে অপর একটী পাত্র দ্বারা তাহা ঢাকিয়া দাও। অনন্তর

জল্ত অঙ্গার ঐ পাক-পাত্রের নীচে এবং ঢাকনিটীর উপর স্থাপন কর। কেহ কেহ আবার ঘৃতের উপরে অল্প পরিমাণ মৌরীভাজা ছড়াইয়া দিয়া তাহার উপরি ঐ ডিম্বাকৃতি কোপ্তাগুলি সাজাইয়া থাকেন। এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ থাকিলে মৎস্যের কোপ্তা পাক হইল।

এই কোপ্তা মধুরাম্ল করিতে হইলে তাহার পর উহাতে আধ সের পানক ঢালিয়া দিয়া তাপ দিতে হইবে এবং রস শুষ্ক হইলেই নামাইয়া লইতে হয়। অল্প গরম থাকিতে থাকিতেই এই কোপ্তা অত্যন্ত সুখ-প্রিয়।

ঘৃত দ্বারা কোপ্তা পাক করা যাহাদিগের পক্ষে অসুবিধা বোধ হইবে, তাঁহারা তৈল দ্বারা রন্ধন করিতে পারেন কিন্তু ঘৃত-পক্কের ন্যায় তৈল-পক্ক কখনই আস্বাদবিশিষ্ট হয় না, তাহা বোধ হয় সকলেই সহজেই বুঝিতে পারিবেন। যাহার যেরূপ অবস্থা তিনি তদুপযোগী করিয়া আহার সুখ উপভোগ করেন, ইহাই আমাদের একমাত্র ইচ্ছা। অনেকে প্রচুর ঘৃত মসলার নাম শুনিয়াই হতাশাস হইয়া থাকেন, সেই জন্য পাক-প্রণালী সর্ব্বসাধারণ অবস্থাপন্ন লোকের উপযোগী করিয়া লিখিত হইতেছে, কাহারও বঞ্চিত হইবার কোন কারণ নাই।

হিন্দুশাস্ত্র মতে রবিবারে মৎস্য * ভক্ষণ নিষেধ।

* বৈদ্য শাস্ত্রে বৃহৎ মৎস্যের গুণঃ—গুরু, রুক্ষ এবং মল-বদ্ধ কারক।

ইটালিয়ান মাংস-গোলক।

ইটালি হইতে পৃথিবীর অন্যান্য দেশে মাংস গোলক প্রচার ও ব্যবহার হইয়াছে। উহাকে এক প্রকার মাংসের কোপ্তাও বলা যাইতে পারে। মুসলমান জাতির মধ্যেও উহার অনেক প্রকার রন্ধন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়। মাংস গোলক যে সকল দ্রব্য দ্বারা রন্ধন করিতে হয়, তৎসমুদায়ের মূল্য অধিক কিম্বা তাহা দুষ্প্রাপ্য নহে। মনে করিলে সকলেই উহা অনায়াসেই প্রস্তুত করিয়া উহার আস্বাদন লইতে পারেন। মাংস গোলকের বিশেষ একটা সুবিধা এই যে, কি হিন্দু, কি মুসলমান, কি ইংরাজ সকল শ্রেণীর লোকেই উহা আহার করিতে সমর্থ। ছাগ প্রভৃতি সকল প্রকার মাংস দ্বারাই উহা পাক করা যাইতে পারে। মাংস গোলক রন্ধনের নিয়ম নিম্নে দেখ।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, পাঁঠার চর্ব্বি (১) ৷৴ তোলা, আদা দুই ছটাক, ধনে চারি তোলা, লবণ চারি তোলা মরিচ দুই দুই তোলা, ময়দা দুই তোলা, ছোট এলাচ তিন তোলা দারুচিনি তিন আনা, লবঙ্গ তিন আনা, জাফরাণ দুই আনা, জল দেড় সের।

ঘৃতমস্তুগুণাঃ—শুক্রবৎ শুক্রদবৎ মলবদ্ধকারিত্বঞ্চ।

ইতি রাজবল্লভঃ।

(১) উহার অভাবে ঘৃত হইতে পারে।

টাট্‌কা মাংসগুলি বড় বড় করিয়া বাদামী বরণে কুটিয়া লইতে হইবেক। মাংস প্রস্তুত হইলে একটী পাক-পাত্রে ঘৃত দিয়া তাহা আগে চড়াইয়া ঘৃতের গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া লইয়া এক সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে থাক। সিদ্ধ মাংস হইতে এক পোয়া মাংস তুলিয়া লইয়া উত্তমরূপে খুরিতে হইবে। এই মাংসের মধ্য হইতে দুই তোলা পৃথক্ করিয়া রাখ। এখন অবশিষ্ট খোরা মাংস [illegible] অবশিষ্ট জল ও লবণ দিয়া [illegible] কর [illegible] রক্ষিত দুই তোলা খোরামাংস, পাঁঠার চর্ব্বি ও আদা একত্র পিষিয়া ময়দার সহিত মিশাইয়া ইচ্ছামত অর্থাৎ ছোট ও বড় বড় আকারে গোলক নির্ম্মাণ কর। সমুদায় গোলক প্রস্তুত হইলে তৎসমুদায় উত্তমরূপ ভাজিতে থাক; যখন উহার বাদামী রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহা ঘৃত হইতে তুলিয়া সিদ্ধ মাংসের সহিত মিশাইয়া দমে রাখিতে হইবে। কিছুক্ষণ এইরূপ অবস্থায় তপ্ত অঙ্গারের উপর থাকিলে উহা বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে, তখন তাহাতে মরিচ এবং অবশিষ্ট গরম মসলার গুঁড়া ছড়াইয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া নামাইয়া লও এবং অল্প গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, মাংস গোলক তোমার রসনার সহিত কিরূপ আত্মীয়তা করিয়া লইয়াছে। খুব ঠাণ্ডা হইলে মাংস-গোলক খাইতে তত ভাল লাগে না। এজন্য উহা আহারের অধিক পূর্ব্বে প্রস্তুত হইলে কিম্বা শীতকালে দ্রুত-

হয়া গেলে, পরিবেশনের সময় তপ্ত অঙ্গারের উপর অল্প গরম করিয়া লইলেই সে অসুবিধা নিবারণ হইতে পারে।

গোল-আলুর ফ্রেঞ্চবল।

ইয়ুরোপের নানা স্থানে আলুর নানা প্রকার খাদ্য প্রস্তুত ও ব্যবহার করিয়া থাকে। আলু দ্বারা যে সকল খাদ্য পাক করিবার রীতি দেখা যায়, তৎসমুদায়ের ব্যয় অধিক নহে অথচ বেশ সুখাদ্য। অল্প ব্যয়ে সুখাদ্য এবং পুষ্টি-কর দ্রব্য পাকের বিষয় সকলেরই অধিক পরিমাণে শিক্ষা করা আবশ্যক। বোধ হয় এই কারণেই ইয়ুরোপ ও আমেরিকায় ঐ রকম খাদ্যের সমধিক আদর। পাঠকবর্গ ফ্রেঞ্চবল রন্ধন করিতে শিক্ষা করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—গোলআলু আধ সের, দুগ্ধ আধ ছটাক, ঘৃত (১) দেড় পোয়া, লবণ এক তোলা, ডিম দুইটা, আদার রস এক তোলা, পিয়াজ ছেঁচা এক ছটাক, বিস্কুটের গুঁড়া (২) দুই ছটাক।

---

(১) ঘৃত অভাবে তৈল কিন্তু তাহাতে উত্তম আস্বাদ হইবে না।

(২) বিস্কুটের অভাবে বেশের ছাতু, বেশম, সুজি অথবা ময়দা কিন্তু বিস্কুটের গুঁড়া হইলেই ভাল হয়।

প্রথমে আলুগুলি সিদ্ধ কর। পরে তাহার খোসা ফেলাইয়া চটকাইয়া লও। এখন উহাতে মুন, লবণ, পিঁয়াজ এবং আধ ছটাক ঘৃত মাখ। অনন্তর উহা ছোট ছোট অর্থাৎ এক একটী আলভাড়ির ন্যায় আকারে গোলাকার করিয়া গড়াও। এখন অপর একটী পাত্রে ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার তরল অংশ ফেলাইয়া তাহাতে আদার রস মিশাও। অনন্তর পূর্ব প্রস্তুত করা গোলাকৃতি আলুগুলি এক একটী করিয়া ডিমের তরলাংশে মাখাইয়া তাহার উপর বিস্কুটের গুঁড় অথবা বেসবাদি মাখাইয়া ঘৃতে ভাজিয়া লও। ভাজিতে ভাজিতে যখন ঈষৎ লাল্‌চে গোছের রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহা নামাইয়া লইলেই ক্রেক-বল পাক হইল।

পটলের মোগলাই পোঁপতান।

মোগল জাতি হইতে ইহুদী প্রভৃতি অন্যান্য জাতি পোঁপতান পাকের নিয়ম ও ব্যবহার শিক্ষা লাভ করিয়াছেন। কিন্তু এক্ষণে উহাদিগের মধ্যে উহার কতক প্রভেদ হইয়া দাঁড়াইয়াছে। এদেশেও পোঁপতান ব্যবহার আরম্ভ হইয়াছে। পোঁপতান মৎস্য ও মাংস উভয় দ্রব্য দ্বারা হইতে পারে। এ প্রকরণে কেবলমাত্র মাংসের পোঁপতানের বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—পটল এক সের, কোমল

হাড়-শূন্য মাংস দেড় পোয়া, ঘৃত (১) এক পোয়া, পিয়াজ কুচি এক ছটাক, আদার রস দুই ছটাক, রসুনের কুচি দুই আনা, ছোট এলাচ চারি আনা, দারুচিনি দুই আনা, লবঙ্গ এক তোলা, লবণ এক তোলা, গোলমরিচ গুঁড়া চারি আনা, জীরা গুঁড়া চারি আনা, কিস্‌মিস্ এক তোলা, পেস্তা এক তোলা, বাদাম এক তোলা, বাতাসা এক তোলা, দধি আধ পোয়া।

হাড়-শূন্য নরম মাংস লইয়া তাহাতে আদার রস ও দধি মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। এদিকে এক ছটাক ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে বাদাম, পেস্তা এবং কিস্‌মিস্ গুলি আধ ভাজা করিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। পরে ঐ পাক-পাত্রে রসুন কুচি দিয়া ভাজিতে থাক, উহা ভাজা হইলে তুলিয়া ফেলিয়া দাও এবং সেই ঘৃতে পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। এক্ষণে গন্ধ মসলাগুলি উহাতে দিয়া অল্প অল্প ভাজা ভাজা হইলে তাহাতে মাংস দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া একটী ঢাকনি দ্বারা ঐ পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখ। এইরূপ নিয়মে মধ্যে মধ্যে ঢাকনিটী খুলিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ। যখন দেখা যাইবে জলের ভাগ শুষ্ক হইয়া আসিয়াছে, তখন উহা জ্বাল হইতে নামাইয়া

(১) অভাবে তৈল কিন্তু তাহা ঘৃত পক্কের ন্যায় সুখাদ্য হইবে না।

গরম থাকিতে থাকিতে লবণ মিশাও। মাংসের গরম কমিয়া আসিলে অর্থাৎ হাতে সহ্য হইলে তাহা হামানদিস্তায় পিষিয়া কাদার মত কর।

এদিকে পটলগুলি অল্প চাঁচিয়া অর্থাৎ উহার খোসা না ফেলিয়া কেবলমাত্র নীল চাঁচিয়া তাহার একদিকের মুখ কাট। এবং তাহার ভিতরের শাঁস বাহির করিয়া নুন দিয়া পুনর্ব্বার সেই মুখ আটকাইয়া রাখা আবশ্যক; এইরূপে প্রত্যেক পটল-গুলি প্রস্তুত করিতে হইবে। এস্থলে ইহা মনে রাখা আবশ্যক পটলগুলি যেন খুব পাকা এবং ছোট না হয়। সরল, কচি অথচ লম্বা এবং পুষ্ট পটল হইলেই ভাল হয়। ছোট পটলের ভিতর অধিক পুর ধরে না, সুতরাং মাংসাদি উপকরণ অনেক উদ্বৃত্ত হইয়া পড়ে। এজন্য বড় বড় পটল বাছিয়া লওয়া আব-শ্যক। এক্ষণে প্রত্যেক পটলের ভিতর ঐ পেষিত মাংস পূরিয়া তাহার মুখ বন্ধ করিতে হইবে এবং বেসম অল্প পরিমাণে জলে গুলিয়া আটার মত হইলে তদ্দ্বারা পটলের গা লেপিতে হইবে। লেপা হইলে ঐ পটল ঘৃতে কড়া করিয়া ভাজিয়া লইলেই পট-লের মোগলাই দোলমা রন্ধন হইল। এস্থলে পাচকগণের আর একটী বিষয়ের প্রতি দৃষ্টি রাখিতে হইবে, অর্থাৎ যখন দেখা যাইবে, পটলের গায়ের বেসম রাঙা রাঙা হইয়া কাটিয়া আসিয়াছে, তখন তাহা ঘৃত হইতে নামাইয়া লইতে হইবে। আহারের সময় বেসমের লেপন খুলিয়া পটল এবং ঐ লেপ পৃথক পৃথক আহার করিতে হইবে। কেহ কেহ উহা না খুলিয়া

একেবারেই কামড়াইয়া অথবা সাহেবীধরণে ছুরী দ্বারা চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া আহার করিয়া থাকেন।

হিন্দু-শাস্ত্রমতে ত্রয়োদশী তিথিতে এবং হরিশয়নে পটল ভক্ষণ নিষেধ। পটল অতি পবিত্র তরকারী।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্র মতে পটলের গুণ—কটু, তিক্ত, উষ্ণ, সারক, পিত্ত, কফ, কণ্ডু এবং দাহাদি নাশক। হিন্দী ভাষায় পটলকে পরবল্ কহিয়া থাকে।

তপস্তা মাছের ইংলিস ফ্রাই।

তপস্তা মাছ যে কিরূপ সুখাদ্য, তাহা পরিচয় বোধ হয় অধিকাংশ লোকেই অবগত আছেন। ইংরেজেরা এই মৎস্যের অত্যন্ত ভক্ত। তাঁহারা উহাকে "ম্যাঙ্গ ফিস্" কহিয়া থাকেন। বৈশাখ ও জ্যৈষ্ঠ মাসেই উহা প্রচুর দেখা যায়। তপস্তা মাছের মধ্যে যে সকল মাছে ডিম হইয়াছে, তাহাই আবার অতি সুখাদ্য। এজন্য ডিমযুক্ত মাছের অধিক আদর ও মূল্য। অন্যান্য মাছের ন্যায় তপস্তা মাছের অধিক কাঁটা নাই। তপস্তা মাছ ভাজা খাইতেই ভাল।

---

(১) পটলস্য গুণাঃ—কটুত্বং তিক্তত্বং উষ্ণত্বং সারকত্বং।
পিত্তনাশকত্বং কফকণ্ডূতিহৃদ্দাহগন্ধরদাহার্ত্তিনাশিত্বঞ্চ।
ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

ইংরাজেরা উহা যে নিয়মে এবং যে যে উপকরণে ভাজিয়া প্রস্তুত করিয়া থাকেন, এস্থলে তাহাই লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ—তপস্যা মাচ (সডিশ) এক সের, পিয়াজ কুচি এক পোয়া, * ডিম চারিটা, বিস্কুটের গুঁড়া (১) আধ পোয়া, মিছ্‌রি বা চিনি আধ তোলা, মাখন বা ঘৃত (২) এক পোয়া, তৈল এক পোয়া, লবণ আড়াই তোলা, হরিদ্রা বাটা দুই তোলা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, দারুচিনির কুচি চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, গোলমরিচ বাটা আধ তোলা।

প্রথমে মাচগুলি আস্ত রাখিয়া কুটিয়া লইয়া তাহাতে এক তোলা লবণ ও হরিদ্রা বাটা মাখাইয়া এক ঘণ্টাকাল রাখিতে হইবে। পরে গরম জলে মাচগুলি বেশ করিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। এইরূপ করিয়া ধুইলে তাহার গায়ের লালাবৎ পদার্থ পরিষ্কৃত হইয়া যাইবে।

---

* ডিম বলিলেই হাঁস অথবা মুরগী ডিম উভয়ের মধ্যে যে কোন ডিম ব্যবহার করিলেই চলিবে।

(১) অভাবে যবের ছাতু কিম্বা বিস্কুটের গুঁড়া হইলেই ভাল হয়। এই সকলের অভাব হইলে ময়দা কিম্বা সুজি ঘৃতে অল্প ভাজিয়া লইতে হইবে।

(২) মাখন হইলেই ভাল হয়, অভাবে ঘৃত।

এখন একখানি কড়াতে তৈল জ্বালে চড়াইয়া তাহার গাঁজা মরিয়া আসিলে তাহাতে মাচগুলি ভাজিয়া অন্য পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। মাচ ভাজা তৈল যাহা কড়াতে থাকিবে, তাহা একটী পাত্রে রাখিয়া ঐ কড়াতে মাখন বা ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে পিয়াজগুলিও ভাজিয়া স্বতন্ত্র পাত্রে তুলিয়া রাখিতে হইবে। পূর্ব্বে যে ডিমের কথা বলা হইয়াছে, এখন একটি পাত্রে সেই ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার মধ্যস্থ তরলাংশ লইতে হইবে। এবং তাহাতে বিস্কুটের গুঁড়া, সমুদায় লবণ, লঙ্কা বাটা, গোলমরিচ বাটা ও সকল রকম গরম মসলার অর্দ্ধেক গুঁড়া এবং অর্দ্ধেক ভাজা পিয়াজ ভিন্ন সমুদায় পিয়াজ ভাজা এক সঙ্গে বেশ করিয়া চটকাইয়া মিশ্রিত করিতে হইবে। অনন্তর একখানি কলার পাতায় অল্প গরম ঘৃতের হাত মাখাইয়া তাহাতে পৃথক্ পৃথক্‌ভাবে এক একটী মাছে ঐ মসলাযুক্ত ডিম মাখাইয়া সাজাইয়া রাখিতে হইবে। এদিকে পিয়াজ ভাজার উদ্বৃত্ত মাখন বা ঘৃতের অর্দ্ধেক লইয়া মাচভাজার অবশিষ্ট তেলের সঙ্গে মিশ্রিত করিয়া জ্বালে চড়াইতে হইবে এবং উহা বেশ গরম হইলে তাহাতে ঐ সাজান মৎস্যগুলি ভাজিয়া নামাইতে হইবে। এখন অবশিষ্ট ঘৃতে গরম মসলাগুলি আধভাজা করিয়া তাহাতে পূর্ব্ব-রক্ষিত পিয়াজ ভাজা দিয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। যখন দেখিতে পাইবে যে, সমুদায় জল উড়াইয়া গা-মাখা গা-মাখা গোছের হইয়াছে, তখন নামাইয়া গরম থাকিতে থাকিতে খাবার [illegible]

মৎস্যের স্রাই কেমন রসনা তৃপ্তি-কর। যে যে স্থানে তপস্যা মৎস্য পাওয়া যায় না, তথায় অন্য মাছ ঐ নিয়মে পাক করিলে রন্ধন পারিপাট্য বুঝিতে পারা যাইবে। কিন্তু তাহা তিমওয়ালা তপস্যা মৎস্যের ন্যায় সমান আস্বাদনের হইবে না।

(১) বৈদ্য-শাস্ত্রের মতে মৎস্য ডিমের গুণ যথা—গুরুপাক, স্নিগ্ধ, পুষ্টি-কর কফ-মেদ-প্রদ, বল্য, গ্লানিহৃৎ এবং মেহ-নাশক।

মাংসের কোপ্তা।

মৎস্য ও মাংস উভয় দ্রব্য দ্বারাই কোপ্তা প্রস্তুত হইয়া থাকে। ভিন্ন ভিন্ন দ্রব্য দ্বারা রন্ধন করিলে তাহার যে আস্বাদন ও গুণের প্রভেদ হইয়া থাকে, তাহা বোধ হয় সকলেই সহজে বুঝিতে পারেন। কোপ্তা অহঙ্কারে বেশ সুখাদ্য। এই খাদ্য-দ্রব্য রন্ধন নিয়ম জানা থাকিলে ভোক্তাগণ ইচ্ছানুসারে উহা প্রস্তুত করিয়া রসনার তৃপ্তি-সাধন করিতে পারেন। যে নিয়মে মাংসের কোপ্তা রাঁধিতে হয়, পাঠকবর্গ তাহা পাঠ করুন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—হাড়-শূন্য কোমল মাংস এক সের, ঘৃত আধ সের, ডিম পাঁচটা, বেসম এক ছটাক, বিস্কুটের গুঁড়া (১) একছটাক, পেঁয়াজবাটা দুই তোলা, বাদাম বাটা

(১) অভাবে ময়দা ও বেসম।

দুই তোলা, লঙ্কাবাটা দুই তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, ছোট এলাচের গুঁড়া চারি আনা, দারুচিনির গুঁড়া চারি আনা, পিয়াজবাটা আধ পোয়া, আদাবাটা দুই তোলা হরিদ্রাবাটা এক তোলা, লবণ তিন তোলা।

কোপ্তার পক্ষে কোমল মাংসই প্রশস্ত। প্রথমে মাংস বেশ করিয়া সুসিদ্ধ করিতে হইবে। সুসিদ্ধ হইলে তাহা হামামদিস্তায় কুটিয়া অথবা শিলে বাটিয়া উত্তমরূপ পেষণ করিতে হইবে। অনন্তর ঐ পেষিত মাংসে বাদাম ও পেস্তাবাটা এবং সমুদায় মসলাবাটা একসঙ্গে মিশাইতে হইবে।

মসলাদি মিশ্রিত হইলে তিনটা ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার তরল অংশ ও বেসম ঐ মাংসে দিয়া উত্তমরূপ চট্কাইতে চট্কাইতে উহা কাদার ন্যায় অথচ আটার মত হইয়া উঠিবে। এখন আধ পোয়া ঘৃত আগুনে চড়াইতে হইবে এবং উহার পাক মরিয়া আসিলে তাহাতে মাংস দিয়া একখানি খুন্তি দ্বারা অনবরত নাড়িতে চাড়িতে হইবে। নাড়িতে নাড়িতে যখন ঈষৎ বাদামী রঙের হইয়া উঠিবে, তখন তাহা নামাইয়া এক একটী আমড়ার ন্যায় (ইচ্ছা হইলে অপেক্ষাকৃত ছোট অথবা বড়ও করিতে পারা যায়) গড়াইতে হইবে। সমুদায়গুলি গড়ান হইলে, পূর্ব্বোক্ত অবশিষ্ট ডিম ভাঙ্গিয়া তাহার তরলাংশে এক একটী মাংসের ঐ গোলক ডুবাইয়া বিস্কুটের পেষিত গুঁড়া মাখাইয়া রাখিতে হইবে। এদিকে একখানি কড়াতে অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত আগুনে চড়াইতে হইবে এবং উহা পাকিয়া

আসিলে তাহাকে ঐ কোপ্তাগুলি ভাজিতে হইবে। বাদামী রঙের হইলে একখানি ঝাঁঝ্‌রা হাতায় করিয়া তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিতে হইবে। এইরূপ প্রস্তুত করা মাংসকে মাংসের কোপ্তা কহিয়া থাকে। কোপ্তা অল্প গরম গরম আহার করাই ব্যবস্থা। শীতল হইলে আহারের পূর্ব্বে পুনর্ব্বার গরম করিয়া লওয়া উচিত। কোপ্তা ঠাণ্ডা হইলে তত সুখাদ্য হয় না। মুসলমানদিগের দ্বারা এই খাদ্য প্রকাশিত হয়।

সামান্য অবস্থাপন্ন ব্যক্তি সকল ঘৃতের পরিবর্ত্তে তৈল দ্বারা কোপ্তা ভাজিয়া থাকে, কিন্তু তাহা যে ভদ্রলোকের রসনায় আদরণীয় হয় না তাহা বলা বাহুল্য। তৈল-পক্ক মাংস কেবল যে সুখাদ্য নয় এরূপ নহে, তদ্দ্বারা আবার নানা প্রকার পীড়া হইবার সম্ভব।

মাংসের শুল-কাবাব।

মাংসের শুল-কাবাব পাক করিতে হইলে তাহাতে আদৌ জল ব্যবহার হয় না। অথচ অত্যন্ত সুখাদ্য হইয়া থাকে। ভোক্তাগণ ইচ্ছা করিলে এই খাদ্য প্রস্তুত করিয়া আস্বাদ গ্রহণ করিতে পারেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, পিয়াজ বাটা এক ছটাক, আদাবাটা এক তোলা, লঙ্কাবাটা এক তোলা, দধি আধ পোয়া, লবণ দুই তোলা, ধনেবাটা দুই তোলা, বড়

এলাচ গুঁড়া চারি আনা, ছোট এলাচ গুঁড়া দুই আনা, দারু-চিনি গুঁড়া চারি আনা, লবঙ্গ গুঁড়া তিন আনা।

হাড়-শূন্য কোমল মাংস লইয়া এরূপভাবে পুরিতে হইবে তাহা বেশ ঠিক কাদার মত হইয়া উঠে। অনন্তর তাহাতে দধি, আদাবাটা, পিঁয়াজবাটা, লঙ্কাবাটা এবং লবণ মাখিয়া খুব ফেটাইতে হইবে। ফেটাইতে ফেটাইতে উহা অত্যন্ত লপেট গোছের হইয়া আসিবে।

এখন একটি পাক-পাত্রে সমুদায় ঘৃত জালে চড়াও। এই সময় একটী কথা মনে করিয়া রাখা আবশ্যক, অল্প পরিমাণ ঘৃতে যে সকল দ্রব্যাদি ভাজিতে হইবে, ভাজিবার সময় যদি চেপ্টা আকারের কোন পাক-পাত্রে করিয়া ঘৃত জালে চড়ান যায়, তাহা হইলে অল্প ঘৃতে ভাজিবার বেশ সুবিধা হয়। এদেশে অনেক স্থানেই তাওয়ার ব্যবহার হইয়া থাকে। ঘৃত পাকিয়া আসিলে তাহাতে ঐ মসলা মিশ্রিত মাংস এক একটী বড়ার আকারে স্থাপন কর এবং তাহাতে বেসন, এলাচ, দারুচিনি (লবঙ্গের গুঁড়াও ঐ মাংসের উপর অল্পপরিমাণে) ছড়াইয়া দিতে লইবে, এইরূপে দুই পীঠ উল্টাইয়া মসলার গুঁড়া দিয়া ভাজিয়া লইতে হইবে। এই ভাজা মাংসের কাবাব গরম গরম আহারে বেশ সুস্বাদু।

কাবাব মির্জাফা।

এই কাবাব রন্ধন-প্রণালী অতি সহজ এবং রসনা-[illegible]

উহার উপর ছড়াইয়া দিয়া ভাজিয়া নামাও এবং গরম গরম থাকিতে আহার কর।

ডিমের নেপালী কাবাব।

মাংসের কাবাবের স্থায় ডিমের নানা প্রকার সুখাদ্য কাবাব প্রস্তুত হইয়া থাকে। একবার আহার করিলে উহা আর ভোলা যায় না। এরূপ সুখাদ্য দ্রব্যের পাকের নিয়ম জানা থাকিলে ইচ্ছামত প্রস্তুত করিয়া আহার করিতে পারা যায়। যে প্রণালী অনুসারে উহা পাক করিতে হয়, নিম্নে তাহার বিষয় লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম দশটা, হাড়-শূন্য মাংস এক পোয়া, ঘৃত দেড় ছটাক, ছোট এলাচ বাটা দুই আনা, দারুচিনি বাটা এক আনা, লবঙ্গ বাটা দুই আনা, মরিচ বাটা চারি আনা, বাদাম বাটা এক তোলা, পিয়াজ বাটা এক তোলা, আদা বাটা এক তোলা, ধনে বাটা এক তোলা, দধি আধ পোয়া, ময়দা দুই তোলা, লবণ দেড় তোলা।

প্রথমে ডিমগুলি বেশ করিয়া পরিষ্কৃত জলে ধুইয়া লও। পরে তাহাতে একটী ছিদ্র করিয়া ভিতরের সমুদায় তরল পদার্থ একটী পাত্রে রাখ। এখন ধনে, আদা, বাদামবাটা ও পিয়াজ ব্যতীত অর্দ্ধেক লবণ ও সমুদায় বাটা মশলার অর্দ্ধেক তাহাতে উত্তমরূপ মিশাও। সমুদায় মিশ্রিত হইলে

তাহা ঐ ডিমের খোলাতে পূর্ব্বকৃত ছিদ্র-পথে পূর্ণ কর। এইরূপে সমুদায় ডিম পূর্ণ হইলে, সেই ছিদ্র ময়দার আটা দ্বারা বন্ধ করিয়া গরম জলে সিদ্ধ কর। উহা সুসিদ্ধ হইলে জাল হইতে নামাইয়া খোলা ভাঙ্গিয়া এক একটী ডিম পৃথক করিয়া রাখ। মসলামিশ্রিত ডিমের তরলাংশ খোলার ভিতর পূরিলে যাহা উদ্বৃত্ত হইবে, তদ্বারা বড়া ভাজিয়া লইলে চলিতে পারে। এখন ঐ ডিম এক একটী করিয়া শলাকা বিদ্ধ করিয়া তাহার সর্ব্বাঙ্গে ছিদ্র কর।

এদিকে মাংসগুলি ধুইয়া অবশিষ্ট মসলা মাখাইয়া ও অর্দ্ধেক ঘৃতে ভাজিয়া কাঁথোর নিয়মানুসারে পাক করিয়া, তাহা একখানি পরিষ্কৃত নেকড়ায় নিংড়াইয়া লও। এখন ঐ গাঢ় ঝোলে দধি, বাদামবাটা এবং আধতোলা ময়দা মিশাইয়া লও। এইরূপে সমুদায় মিশান হইলে, একটী পাক-পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে অবশিষ্ট ঘৃতের অর্দ্ধেক দিয়া লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া উহা সাঁতলাইয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর রাখ। অনন্তর পূর্ব্বপ্রস্তুত শলাকাবিদ্ধ ডিম তপ্ত অঙ্গারের উপরি ঘুরাইতে থাক এবং মধ্যে মধ্যে অবশিষ্ট ঘৃত ও ঝোল খাওয়ান হইলে নামাইয়া লও। অল্প গরম থাকিতে থাকিতে উহা আহার করিয়া দেখ, তোমার রসনায় উহার কেমন আদর।

ফুলকপি রোষ্ট।

ফুল কপির রোষ্ট বেশ সুখাদ্য। আমরা দেখিয়াছি অনেক স্থানে উহা একরূপ নিয়মে পাক হয় না। আমরা নির্ভয়ে বলিতে পারি, লিখিতরূপ নিয়মে রোষ্ট করিলে উহা সকলেরই রসনায় আদরণীয় হইবে।

ফুলের প্রথম অবস্থা অর্থাৎ উহা যে সময় ফুটিয়া ছড়াইয়া না পড়ে এবং উহার উপর এক প্রকার কাল দাগ না হয়, সেই অবস্থার ফুলই উত্তম সুখাদ্য।

প্রথমে গোটা ফুলটী লইয়া তাহার মধ্যে যে এক একটী এক পৃথক পাপড়ি আছে, সেই পৃথক পৃথক অংশ কাটিয়া লও। অত্যন্ত কুচি কুচি করিলে ভাল হয় না, এমন কি গোটা মোটাভাবে ছাড়াইয়া লইয়া তাহার বোঁটার দিক ফুলের গোড়া পর্য্যন্ত চিরিয়া দাও। কিন্তু উহা যেন ফুলের সহিত পৃথক হইয়া না পড়ে। এখন তাহা পরিষ্কৃত জলে উত্তমরূপ ধুইয়া লও। এদিকে একটী পাক-পাত্রে মাখন বা ঘৃত আগুনে চড়াও। ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাকে বেশ সুখাদ্য হইয়া থাকে। সঙ্গতি-হীন ব্যক্তিগণ ঘৃতের অভাবে তৈল দ্বারা রোষ্ট করিতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না। ফ্রান্সবাসীরা প্রথমে কপিগুলি গরম জলের ভাবে কিঞ্চিৎ সিদ্ধ করিয়া পরে লিখিতরূপ নিয়মে রোষ্ট করিয়া থাকেন।

যখন দেখিবে মাখন বা ঘৃত পাকিয়া আসিয়াছে, তখন

তাহাতে ধৌত কপিগুলি অল্প অল্প পরিমাণ ছাড়িয়া দাও। এস্থলে একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক—অন্যান্য তরকারীর ভাজার ন্যায় এককালে মাখন বা ঘৃত চাপাইয়া সমুদায় তরকারী একেবারে পাক চলিবে না। কোন চেপ্টা পাত্রে অল্প পরিমাণ ঘৃত চড়াও এবং তাহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে খণ্ড খণ্ড কপি ছাড়িয়া দিয়া মৃদু আঁচে পাক কর এবং মধ্যে মধ্যে সামান্যরূপ জলের ছিটা দিয়া উল্টাইয়া দাও। এইরূপভাবে অল্পক্ষণ আঁচে থাকিলে দেখিতে পাইবে, উহা উত্তমরূপ সিদ্ধ হইয়াছে অর্থাৎ খুন্তি বা কাটি দ্বারা অল্পমাত্র চাপিয়া ধরিলেই গলিয়া আসিবে। এইরূপ অবস্থায় উহা পাক-পাত্র হইতে তুলিয়া লও; লিখিত নিয়মে সমুদায় কপিগুলি পাক হইলে অল্প পরিমাণ গরম মাখন বা ঘৃতে, লবণ ও ছোট এলাচের গুঁড়া গুলিয়া ঐ কপিতে মাখাইয়া আহার করিয়া দেখ, ফুল কপি রোষ্ট কেমন উপাদেয় এবং উহার আস্বাদন কেমন মধুর। টাট্‌কা ফুল হইলেই আস্বাদন ভাল হইয়া থাকে।

মটন চপ্‌ সহজ-পদ্ধতি।

এই খাদ্যটী ইয়ুরোপে অত্যন্ত আদরের সহিত ব্যবহার হইয়া থাকে। ইংরাজি আহারে যাঁহারা ভক্ত, আজকাল তাঁহাদিগের রসনাও মটন চপের নামে নৃত্য করিতে দেখিতে পাওয়া যায়। বাস্তবিক মটন চপ্‌ এক প্রকার সুখাদ্য এবং

পুষ্টি-কর দ্রব্য। চপ্ সকল প্রকার মাংস দ্বারাই প্রস্তুত হইতে পারে। কোন কোন মৎস্যেরও চপ্ হইয়া থাকে। কিন্তু সকল প্রকার মাংস অপেক্ষা মটনই উৎকৃষ্ট। মটন অর্থাৎ মেষ মাংস চপের প্রধান উপযোগী, তাহার কারণ এই যে, উহা অত্যন্ত কোমল এবং তৈলাক্ত, সহজেই সিদ্ধ হয়, আর আহারে এক প্রকার উপাদেয়তা অনুভূত হইয়া থাকে। সকল মেষের মাংস তত সুখাদ্য নহে। মেষের মধ্যে দুম-মেষই অতি সুখাদ্য। যে সকল মেষের উত্তম মাংস হইয়া থাকে, তাহাদিগের খাদ্যদানে কেবলমাত্র ঘাসের উপর নির্ভর করিলে চলে না। প্রতিদিন উহাদিগকে ঘাস ব্যতীত দানা (খেসারি, কড়াই) আহার করাইতে এবং মধ্যে মধ্যে বিট লবণ প্রভৃতি দানার সহিত মিশাইয়া দিতে হয়। সাধারণ মেষ যে মূল্যে বিক্রয় হইয়া থাকে, দানা-খোরী মেষের মূল্য তাহা অপেক্ষা অনেক অধিক। কিছু দিন দানা আহার করিলে তাহার মাংস অত্যন্ত থকথকে এবং কোমল হয়। আহারের সময় উহা ছিবড়া ছিবড়া হয় না। চিবাইলে মুখে মিলাইয়া যায় ও তাহা হইতে এক প্রকার তৈলাক্ত পদার্থ বাহির হইতে থাকে এবং এক প্রকার অতি চমৎকার আস্বাদন হয়।

যে সকল ব্যক্তির মটন আহার করা অভ্যাস নাই কিম্বা উদরাময় প্রভৃতি পেটের পীড়া আছে, তাহাদিগের পক্ষে মটন চপ্ অপকারী। মটন চপ্ রন্ধন অতি সহজ এবং সামান্য ব্যয়-সাধ্য। তবে পাকের একটু নিপুণতা থাকিলে ভাল হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মেষ মাংস এক সের, পিয়াজের রস দেড় পোয়া, আদার রস এক পোয়া, লবণ দুই তোলা, ছোট এলাচ চারি আনা, গোল মরিচ ছয় আনা, মাখন বা ঘৃত (১) আধ সের।

যে কোন অংশের মাংসেই যে চপ্ প্রস্তুত হইতে পারে, তাহা পূর্ব্বেই উল্লেখ করা হইয়াছে কিন্তু সকল অংশের মাংস দ্বারা ভালরূপ চপ্ হয় না। দাবনার মাংসই চপের পক্ষে প্রধান মনে রাখিতে হইবে। কারণ দানা-জোড়া মেষের দাবনার মাংস অত্যন্ত পরুষকে এবং অধিক পরিমাণে সঞ্চিত হওয়াতে বোধ হয় ঐ স্থানে যেন এক খণ্ড স্বতন্ত্র মাংস বর্ত্তমান থাকে। চপে হাড় ব্যবহার না করিয়া দাবনা হইতে সেই অংশ খণ্ড পৃথক্ করিয়া লইতে হইবে। এবং তাহা চৌকা ধরণে কাটিয়া তাহার এক পীঠ ছুরী দ্বারা পাতলা ভাবে থুরিতে হইবে। উহা এরূপভাবে থুরিতে হইবে যেন মাংস পৃথক্ পৃথক্ খণ্ড খণ্ড হইয়া না পড়ে। অর্থাৎ সমুদায় দাবনার কর্ত্তিত চৌকা মাংসখণ্ড একত্র থাকিবে অথচ উত্তমরূপে থোয়া হইবে।

এখন ঐ থুরিত মাংসে আদা ও পিয়াজের রস উত্তমরূপ মাখাইয়া দুই তিন ঘণ্টা পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

(১) ঘৃত অপেক্ষা মাখন দ্বারা পাক করিলে আস্বাদন ভাল হয়।

অনন্তর ঢাকনি খুলিয়া মাংস বাহির করিয়া তাহা রাঁধিবার ব্যবস্থা করিতে হইবে। চপ্ রাঁধিবার পক্ষে চেতলা পাত্র হইলেই ভাল হয়। কারণ উহা একেবারে অধিক ঘৃতাদি দিয়া বেশী পরিমাণে এক সঙ্গে রাঁধিবার নিয়ম নহে। এক্ষণ চাটু কিম্বা সেইরূপ আকারের কোন পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে মাখন বা ঘৃত অল্প পরিমাণে ঢালিয়া দিতে হইবে এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে একখানি বা দুই খানি (পাক-পাত্রের আকারানুসারে) মাংস স্থাপন করিতে হইবে। চপ্-পাকের পক্ষে মৃদু জালেই প্রশস্ত। পাকের সময় একটী বিষয়ে বিশেষরূপ মন রাখিতে হয় অর্থাৎ সর্ব্বদাই উহা উল্টাইয়া দিতে হয় এবং মধ্যে মধ্যে কাঁচা জলের ছিটা, কিঞ্চিৎ কিঞ্চিৎ রস (পিয়াজ ও আদার যে রসে মাংস ভিজাইয়া রাখা হইয়াছিল, সেই উদ্বৃত্ত রস) উহাতে খাওয়াইতে ও উল্টাইতে হইবে। মধ্যে মধ্যে ঐ জল ও রস দিলে উহা সিদ্ধ হওয়ার পক্ষে সাহায্য হইয়া থাকে এবং মাংস পুড়িয়া উঠে না। অনন্তর যখন উহার বাদামী বর্ণের রঙ দেখা যাইবে, তখন তাহা নামাইয়া উনানের নিকট গরম স্থানে ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। লিখিত নিয়মে সমুদায় মাংসখণ্ডগুলি রাঁধা হইলে তুলিয়া লইতে হইবে।

এখন সমুদায় লবণ এবং এলাচ ও মরিচের গুঁড়া আবশ্যকমত ঘৃত বা মাখনে গুলিয়া ঐ মাংসে মাখাইয়া আহার করিলেই মটন চপের আস্বাদন বুঝিতে পারিবে।

মটন চপ্ রন্ধনের ভিন্ন ভিন্ন নিয়ম দেখিতে পাওয়া যায়; যে নিয়মটী লিখিত হইল তাহা অতি সহজ। মটন চপ্ একপ্রকার ভাজা মাংস বলিলেও বড় দোষ হয় না। তবে কাটিলেটে উহার সমধিক আদর দেখিতে পাওয়া যায়। মেষ-মাংস হিন্দুমতে তাদৃশ নিষিদ্ধ নহে।

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে মেষমাংসের গুণ [১] মধুর, শীতল, বল-কারক এবং গুরু-পাক।

কাঁক্ড়া ফ্রাই।

কাঁকড়া বলিলে সমুদ্রের কাঁকড়াই বুঝিয়া লইতে হইবে। কারণ এদেশে পুষ্করিণী প্রভৃতিতে যে এক প্রকার কাঁকড়া জন্মিয়া থাকে, তাহাতে মৃত বা তৈলবৎ পুষ্টি-কর পদার্থ এবং মাংস অতি অল্পই থাকে সুতরাং তাহা আহার না করাই ভাল। সাগর কাঁকড়ার আকার অতি বৃহৎ এমন কি কখন কখন ছোট ছোট কচ্ছপের মত দেখা যায়। সাগর কাঁকড়ার মধ্যেও আবার স্ত্রী পুরুষ দুইটী জাতি আছে; সচরাচর উহা-দিগকে মেদী ও মদা কাঁকড়া কহিয়া থাকে। মদা বা পুরুষ জাতির কাঁকড়ার আকার বড়, দাড়া বড়, দাঁড়া অত্যন্ত মোটা,

---

[১] শীতং মধুরং মাংসং গুরু বৃংহণমাবিকং। ইতি চরকঃ।

কিন্তু তাহাতে ঘৃত থাকে না। সুতরাং উহা তত সুখাদ্য নহে। মেদি কাঁকড়ায় অত্যন্ত ঘৃত থাকে, এজন্য তদ্দ্বারা উত্তমরূপ খাদ্য দ্রব্য প্রস্তুত হয়।

এক্ষণে মেদি কাঁকড়াগুলি বাছিয়া লইয়া তাহার পেটের নীচের যে একখানি চাকতি আছে, তাহা ফেলিয়া দিতে হইবে। আর উপরের আবরণ অর্থাৎ খোলার কিনারায় নিম্ন-দিকের ঠিক মধ্যস্থলে (অর্থাৎ যে দিকে দাড়া সংলগ্ন থাকে না) তথায় একটী গোলাকার ছিদ্র করিয়া তন্মধ্যস্থ ময়লা বাহির করিয়া ফেলিয়া দিতে হইবে। কারণ তাহা ফেলিয়া না দিলে আহারের সময় অতি বিস্বাদ বোধ হইবে।

এক্ষণে ঐ কাঁকড়া বেশ করিয়া আস্তে আস্তে ধুইয়া তাহার দাড়ায় একটী একটী আঘাত দ্বারা ফাটাইয়া লইতে হইবে। অথচ দাড়া সমেত সমুদায় কাঁকড়াটী গোটা থাকিবে। ফাটাইয়া লইবার কারণ এই যে, না ফাটাইলে তাহার মধ্যে মসলা এবং লবণ প্রভৃতি কিছুই প্রবেশ করিতে পারিবে না। সুতরাং মসলাদি সংযোগ না হইলে উহার আস্বাদন উত্তমরূপ হইবে না।

লিখিত নিয়মে কাঁকড়া প্রস্তুত করিয়া পরিমাণমত হরিদ্রা বাটা, লঙ্কা বাটা, জীরামরিচ বাটা, আদা বাটা এবং রুচি অনুসারে পিয়াজ বাটা, এক সঙ্গে মিশাইয়া কাঁকড়ার সমস্ত গায়ে এবং ছিদ্র হইতে যে পথে ময়লা বাহির করিয়া লওয়া হইয়াছে, তাহার মধ্যে উহা পুরিয়া দিয়া খাঁটি সরিষার তৈলে

ভাজিয়া লইলেই কাঁকড়া ফ্রাই হইল। কিন্তু তাজা ছাঁকা তৈলে না হইলে ভাল হয় না।

এস্থলে আমাদের দুই একটী বক্তব্য আছে অর্থাৎ অন্যান্য দ্রব্যপাকের নিয়মের ন্যায় আমরা ইহাতে মসলা প্রভৃতির কোন-রূপ পরিমাণ উল্লেখ করিলাম না। তাহার কারণ এই উহা একটু লবণ ও ঝাল খর খর হইলে, অনেকের জিহ্বার আদর পাইয়া থাকে। সুতরাং আমরা রাঁধিবার নিয়ম লিখিলাম, ভোক্তা-গণ মসলাদির পরিমাণ ইচ্ছানুসারে অল্প বা অধিক স্থির করিয়া লইতে পারিবেন। আর একটী কথা এই;—ঘৃত অপেক্ষা খাঁটি সরিষার তৈলে উহা ভাজিলে আহারে সুখাদ্য বোধ হয়। কারণ তৈলে আঁসটিয়া গন্ধ নষ্ট করিয়া থাকে।

আমাশয় প্রভৃতি উদরাময় রোগে কাঁকড়া ভক্ষণ একে-বারেই নিষিদ্ধ। কাঁকড়া অত্যন্ত পুষ্টি-কর। পরিপাক করিতে পারিলে মাংসের ন্যায় উহা দ্বারা শরীরের উপকার হইয়া থাকে।

কাঁকড়া দ্বারা অনেক প্রকার সুখাদ্য দ্রব্য পাক হইয়া থাকে।

বৈদ্য-শাস্ত্রমতে কাঁকড়ার গুণ (১) বিরেচক, ভগ্ন-অস্থি-যোগ-কারক, বায়ু-পিত্ত-নাশক, বল-কারক এবং ঈষৎ উষ্ণ।

---

(১) সৃষ্টবিট্ বৃষ্যঃ ভগ্ন-সন্ধানকৃৎ বাত-পিত্ত-নাশনঃ। বলকারিঃ ঈষদুষ্ণঃ। ইতি রাজনির্ঘণ্টঃ।

মৎস্য ও মাংসের শিক।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্য বা মাংস এক সের, লবণ দেড় তোলা, হরিদ্রা বাটা সওয়া তোলা, ধনে বাটা পাঁচ তোলা, গোল মরিচ বাটা দুই তোলা, রাঁধুনী বাটা সওয়া তোলা, লবঙ্গ বাটা বার আনা, জীরা বাটা আধ তোলা, তেজপাতা বাটা আধ তোলা, লঙ্কা বাটা (১) সওয়া তোলা, হিঙ্ (২) দেড় আনা, ঘৃত আধ সের, দধি চারি তোলা (৩) তণ্ডুল বাটা এক পোয়া সওয়া তোলা।

মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে, শৌল চিতল ও রোহিত মৎস্যই শিককার্য্যের বিশেষ উপযোগী। রোহিত ও চিতল ইত্যাদি মৎস্যের কোমল কোল অর্থাৎ তৈলাক্ত কোমল অংশ শিক প্রস্তুতে ব্যবহৃত হয় না।

সর্ব্বপ্রকার খাদ্যজন্তুর মাংসমাত্রেই শিক প্রস্তুত হইতে পারে।

মাংস কি মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্য কি মাংসগুলি কাটিয়া উত্তমরূপে জলে ধৌত করতঃ পরে এরূপে নিষ্পীড়িত করিতে হইবে যে, উহার মধ্যে যেন বিন্দুমাত্রও

(১) ভোক্তাগণ ইচ্ছানুসারে লঙ্কার পরিমাণ অল্প বা অধিক করিতে পারেন।

(২) হিঙ্ ইচ্ছা করিলে না দিতেও পারেন।

(৩) মৎস্যের শিকে দধি অনাবশ্যক।

কম থাকিতে না পারে। মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্যগুলি উত্তমরূপে পেষণ করতঃ কণ্টকগুলি বাছিয়া লইতে হইবে। কিন্তু চিতল মৎস্যের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মৎস্য-ভাগ তীক্ষ্ণধার ছুরি দ্বারা চাঁচিয়া কণ্টক ছাড়াইয়া লইতে হইবে। উহা তেমন পেষণ করিবার প্রয়োজন হয় না, কারণ চিতল মৎস্যের মধ্যে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অনেক কণ্টক থাকে; পেষণ করিতে গেলে পেষিত মৎস্যের মধ্যে কণ্টকগুলি থাকিয়া যায়; ছুরি দ্বারা চাঁচিয়া লইলে আর কণ্টক থাকে না। মৎস্যগুলি একটু যোরস (অর্থাৎ পচা কিম্বা যেরূপ পচা অখাদ্য সেরূপ নহে) হইলে ছুরি দ্বারা ছাড়াইয়া লইতে সুবিধা হয়। মাংসের শিক প্রস্তুত করিতে হইলে মাংস হইতে উহার মধ্য-ত্বক (পরদা) ও হাড় বাহির করিয়া উত্তমরূপে পেষণ করিতে হইবে।

মৎস্যগুলির কণ্টক ছাড়াইয়া লইয়া এবং মাংসগুলি পেষণ করিবার পর উল্লিখিত পরিমাণমত লইয়া তাহাতে পূর্ব্ব-লিখিত উপকরণ সকলের মধ্যে ঘৃতমাত্র একতোলা ও অন্যান্য সমস্ত উপকরণগুলি মৎস্যের কি মাংসের সহিত মিশাও। যখন দেখিবে উত্তমরূপে মিশিয়া গিয়াছে, তখন ঐ মিশ্রিত পদার্থকে অর্দ্ধ হস্ত পরিমিত লম্বা ও প্রায় সাড়ে ছয় ইঞ্চি পরিধি পরিমিত স্থূল করিয়া কাষ্ঠগুলি দণ্ডরূপে নির্ম্মিত কর। ঐ দণ্ড প্রস্তুত করিবার অবসরে জল উষ্ণ হইতে পারে, এজন্য একটী পাক-পাত্র জল সহ পূর্ব্বেই উনানে চড়াইয়া রাখ।

দণ্ডগুলি প্রস্তুত হইলে পরে, ঐ জল যখন ফুটিতে থাকিবে, তখন ঐ দণ্ডগুলি আস্তে আস্তে তাহাতে ছাড়িয়া দিয়া অপর একটী পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে। যদি ইহা মৎস্যের শিক হয় তবে অর্দ্ধ ঘণ্টা আর মাংসের শিক হইলে দেড় ঘণ্টা কাল জলে ঐ দণ্ডগুলি সিদ্ধ করিতে হইবে। নিরূপিত কাল অতীত হইলে নামাইয়া শীতল হওয়া পর্য্যন্ত অপেক্ষা কর। এই অবস্থায় দণ্ড-গুলিকে দুই তিন দিন পর্য্যন্ত রাখা যাইতে পারে, কখনও নষ্ট হয় না। শীতল হইলে দণ্ডগুলিকে এক অঙ্গুলি পুরু করিয়া ছুরী দ্বারা কাটিয়া লও। পরে আধসের ঘৃতের যাহা অবশিষ্ট রহিয়াছে, তাহা জ্বালে চড়াইয়া বেশ পাকিয়া আসিলে, তাহাতে ঐ সকল কর্ত্তিত খণ্ড ছাড়িয়া দিয়া মৃদু-তাপে বাদামী রঙ ধরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া নামাইয়া, ঐ ঘৃত কি মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। ঈষদুষ্ণ থাকিতে তুলিয়া আহার করিয়া দেখ, উহার কি সুখ-স্বাদু আস্বাদ।

মৎস্যের গুলগুলি তৈয়ার করিবার প্রণালী ও উপকরণ প্রায় একই রকম, তবে যে সামান্য সামান্য বিভিন্নতা আছে তাহারও বিবরণ এস্থলে লিখিত হইল।

মৎস্যের মধ্যে চিতল মৎস্যের গুলগুলিই উত্তম। উহা প্রস্তুত করিতে হইলে পূর্ব্ববৎ ছুরী দ্বারা মৎস্য কণ্টক হইতে বিভিন্ন করিয়া লইতে হইবে।

যে সকল উপকরণ শিক প্রস্তুতের জন্য উল্লেখ করা

হইয়াছে, ইহাতেও ঠিক সেই সকল দ্রব্য সেই পরিমাণে আবশ্যক করে। কণ্টক-শূন্য মৎস্যের সহিত উল্লিখিত পরিমাণের জিনিষ সকল মিশ্রিত করিয়া বেশ করিয়া ছানিয়া লও। পরে সুপারির মত গোলাকার করিয়া পিণ্ড প্রস্তুত কর। তৎপরে অবশিষ্ট ঘৃতে মৃদুতাপে বাদামী রঙ ধরা পর্য্যন্ত ভাজিয়া ঘৃত বা মাখনের মধ্যে ডুবাইয়া রাখ। উষ্ণ থাকিতে আহার করিয়া দেখ উহার কি সুখ-তৃপ্তি-কর আস্বাদ।

শিকের কোপ্তা প্রস্তুত করিতে হইলে সিদ্ধ করা মৎস্য বা মাংসের খণ্ডগুলি এক অঙ্গুলি পরিমাণ পুরু করিয়া ছোট ছোট চৌকা ধরণে কাটিয়া লও। এদিকে একটা পাত্রে এক পোয়া ঘৃত জ্বালে চড়াইয়া রাখ। যে সকল উপকরণ প্রথমে শিকের সহিত মিশ্রিত করিয়াছ, তাহার মধ্যে হিঙ্, দধি ও লশুন-বাটা ব্যতীত অন্যান্য সকল উপকরণেরই অর্দ্ধেক পরিমাণ লইয়া জলের সহিত ভালরূপে মিশ্রিত কর। এদিকে ঘৃত যখন গাঁজা মরিয়া পাকিয়া আসিবে, তখন তাহাতে পাঁচফোড়ন ছাড়িয়া দাও। পাঁচফোড়নগুলি ভাজা হইলে উল্লিখিত মসলামিশ্রিত জল তাহাতে ঢালিয়া দিয়া জ্বাল দিতে থাক। যখন ঐ জল ফুটিতে থাকিবে, তখন তাহাতে মৎস্য কি মাংসের ঐ চতুষ্কোণ খণ্ডগুলি ছাড়িয়া দিয়া ২০ কি ২৫ মিনিট পর্য্যন্ত ফুটে রাখ। পরে এক তোলা পরিমিত পিটালী খাঁটি জল

জলের সহিত গুলিয়া কোপ্তে ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইয়া, এক ছটাক ভাল ঘৃত দিয়া আবার একটু নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিয়া দাও। উষ্ণাবস্থ থাকিতে আহার করিয়া দেখিও, উহার স্বাদ কখনও ভুলিতে পারিবে না।

মাংসের ইহুদী কাবাব বা কোপ্তা।

এই কাবাব বা কোপ্তা বেশ সুখাদ্য। ইহুদীদিগের মধ্যেই উহার সমধিক প্রচলন। ইহুদী কোপ্তা প্রস্তুত করিতে হইলে বায়-সাধ্য দ্রব্যাদি কিছু লাগে না। সামান্য মসলা দ্বারা উহা প্রস্তুত হইয়া থাকে। সাধারণের অবগতির জন্য এই রন্ধন-প্রণালী লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, পিয়াজ বাটা তিন তোলা, রশুন বাটা দুই তোলা, লঙ্কাবাটা এক তোলা, ছোট এলাচ বাটা চারি আনা, দারুচিনি বাটা ছয় আনা, ঘৃত এক ছটাক, লবণ তিন তোলা।

ইহুদী কোপ্তার পক্ষে হাড়-শূন্য কোমল মাংসই প্রশস্ত। মাংস যত কোমল হয়, উহা ততই সুসিদ্ধ ও সুখাদ্য হইয়া থাকে। এজন্য ইহুদী জাতি মুরগী এবং হাঁসোয়ানের মাংস দ্বারাই প্রায় উহা প্রস্তুত করিয়া থাকেন। ছাগাদির মাংস দ্বারাও উহা পাক হইতে পারে, কিন্তু কোমল মাংস সংগ্রহ করিতে বিশেষরূপ চেষ্টা পাওয়া উচিত।

প্রথমে মাংসগুলির হাড় বাছিয়া কেবলমাত্র মাংস লইলেই ভাল হয়। উহা আবার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র অংশে কর্ত্তন করিয়া লইতে হয়। ফলতঃ ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র মাংসখণ্ডই ইহুদী কাবাবের পক্ষে সম্পূর্ণ উপযুক্ত।

লিখিতরূপ কর্ত্তিত মাংসে সমুদায় বাটা মসলা দিয়া এবং লবণ, ঘৃত প্রভৃতি সমস্ত উপকরণ লইয়া উত্তমরূপে চটকা-ইয়া মাখিতে হইবে। যখন দেখা যাইবে, বেশ মাখান হইয়াছে, তখন তাহা অন্য একটী পাত্র দ্বারা অন্ততঃ তিন ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

অনন্তর একখানি সরাতে মসলা মাখান ঐ মাংস তুলিয়া একখানি তোয়ালে, ঝাড়ন অথবা মোটা গোছের নেকড়ার উপর মাংস সমেত ঐ সরাখানি উপুড় করিয়া তাহার উল্টা পীঠে টানিয়া গাঁইট দিয়া বাঁধিতে হইবে।

সরাতে মাংস বাঁধিবার পূর্ব্বে একটী বড় হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল দিয়া জ্বালে বসাইতে হইবে এবং তাহার উপর ঐ সরাখানি উপুড় করা ভাবেই (অর্থাৎ মাংস যেন হাঁড়ির ভিতর দিকে থাকে এইরূপে) স্থাপন করিতে হইবে। পরে ময়দা অথবা এটেল মাটী দ্বারা হাঁড়ির মুখের চারিধার অর্থাৎ যোড়-মুখ উত্তমরূপে আঁটিয়া দিতে হইবে।

লিখিতরূপ নিয়মে আগুনের আঁচ অনুসারে অন্ততঃ তিন ঘণ্টাকাল হাঁড়িটী জ্বালে রাখিতে হইবে। কচি পাঁটা অথবা অন্য কোন রকম কোমল মাংস হইলে এই সময়

মধ্যে অতি উত্তম সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। হাঁড়ির ভিতরের উষ্ণ জলের বাষ্পে (ভ্যাপে) মাংস সুসিদ্ধ হইবে এবং মসলাদি তাহার গায়ে লাগিয়া প্রত্যেক মাংসখণ্ড অতি চমৎকার আস্বাদনের হইয়া উঠিবে। অনন্তর আল হইতে হাঁড়িটী নামাইয়া রাখিতে হইবে এবং হাঁড়ির গায়ে হাত দিলে যখন অধিক গরম বোধ না হইবে, অর্থাৎ অনায়াসেই হাত সহ্য হইবে, তখন হাঁড়ির যোড়-মুখ খুলিয়া মৎস্যখানি তুলিয়া লইয়া বন্ধনবস্ত্র খুলিয়া ফেলিতে হইবে। অনন্তর ঐ মাংস ঈষৎ গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিয়া দেখ, ইহুদী কোফ্তা কেমন খাদ্য। রুচি অনুসারে এই খাদ্যের সুখ্যাতি শুনিতে পাওয়া যায়। ভোক্তাগণ একবার উহা পরীক্ষা করিলেই বুঝিতে পারিবেন, বাস্তবিক ইহুদী কোফ্তা সুখাদ্য কি না।

ভপস্যা মাছের ইহুদী-লবাদান।

ইহুদীদিগের মধ্যে তপস্যা মাছের লবাদানের বিশেষ আদর দেখিতে পাওয়া যায়। বাস্তবিক এই লবাদান যথার্থই রসনার প্রলোভনীয়। যিনি একবার উহার আস্বাদন ভোগ করিয়াছেন, তিনি আর কস্মিন্‌কালেও তাহা ভুলিতে পারেন কি না সন্দেহ। যে নিয়মে এই সুখাদ্য রন্ধন করিতে হয়, তাহার আনুপূর্ব্বিক বৃত্তান্ত নিম্নে লিখিত হইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—তপসা মৎস্য (১) এক সের, আলু আধ সের, আম্র খণ্ড (কাচা) আধ পোয়া, চিনি এক ছটাক, পিয়াজ কুচি আধ পোয়া, আদা বাটা এক তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, হরিদ্রাবাটা এক তোলা, জীরা মরিচ বাটা এক তোলা, ছোট এলাচের দানা চারি আনা, লবঙ্গ চারি আনা, দারুচিনি চারি আনা, ঘৃত এক ছটাক, তৈল এক পোয়া, লবণ সাড়ে পাঁচ তোলা।

দমপোক্তের পক্ষে বড় বড় আকারের ডিমযুক্ত মাছ হইলেই ভাল হয়। প্রথমে মাছগুলি কুটিয়া বাছিয়া লইতে হইবে। মাছ কুটিয়া ছোট ছোট না করিয়া আস্ত আস্ত মাছ বাছিয়া রাখিতে হইবে। মাছ বাছা হইলে তাহাতে সাড়ে তিন তোলা লবণ মাখাইয়া এবং উষ্ণজলে উত্তমরূপে (বেশী জলে) ধুইয়া লইলে তাহাতে মাছের আঁসটিয়া গন্ধ নষ্ট হইয়া থাকে। এখন এই ধৌত মাছে হরিদ্রাবাটা মাখিয়া লইতে হইবে।

এদিকে একখানি কড়াতে সমুদায় তৈল জ্বালে চড়াইয়া পাকাইয়া লইতে হইবে। উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অর্দ্ধেক পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখিতে হইবে। এখন ঐ তৈলে আলুগুলি ছাড়িয়া দিয়া এবং বাদামী ধরণের

(১) বড় বড় এবং ডিমওয়ালা অথচ টাট্‌কা হওয়া আবশ্যক।

হইলে তুলিয়া পাত্রান্তরে রাখিতে হইবে। পরে সেই তৈলে ধৌত মৎস্যগুলি ভাজিয়া লইতে হইবে। ভাজিবার সময় এরূপ নিয়মে ভাজিতে হইবে, উহা যেন ভাঙ্গিয়া চুরিয়া না যায় এবং চুঁইয়া না জাইলে। লিখিত নিয়মে মাছ ভাজা হইলে তাহাও তুলিয়া অন্য পাত্রে রাখিতে হইবে। মাছ ভাজা হইলে যে অবশিষ্ট তৈল থাকিবে, তাহা এই ব্যঞ্জনে ব্যবহার না করিয়া তদ্দ্বারা অন্য তরকারী পাক করিলে ভাল হয়। কারণ ঐ পোড়া তৈলে রন্ধন করিলে ব্যঞ্জনের আস্বাদ মন্দ হইয়া থাকে।

এদিকে একটী পাক-পাত্র জালে চড়াইয়া তাহাতে অর্দ্ধেক ঘৃত ঢালিয়া দাও; এবং উহা পাকিয়া আসিলে তাহাতে অবশিষ্ট পিয়াজ ভাজিয়া তুলিয়া রাখ। এখন সেই ঘৃতে অর্দ্ধেক এলাচের দানা, অর্দ্ধেক দারুচিনির কুচি এবং অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া নাড়িতে থাক। যখন দেখা যাইবে বাদামী রঙ হইয়াছে, তখন তাহাতে আদা বাটা, ধনে বাটা দিয়া নাড়িতে আরম্ভ কর, এবং উহার এক উৎকার সুগন্ধ বাহির হইলে তাহাতে আম গোলা ও জল ঢালিয়া দিতে হইবে।

পবাদানের উপযুক্ত আম প্রস্তুত করিতে হইলে প্রথমে আমগুলির খোসা ছাড়াইয়া খণ্ড খণ্ড করিতে হইবে। পরে তাহাকে চুণ মাখাইয়া অন্ততঃ এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখিতে হইবে। এক ঘণ্টা পরে পরিষ্কৃত জলে উহা উত্তমরূপে

ধুইয়া ফেলিতে হইবে। বেশ করিয়া ধৌত হইলে তখন তাহা জলে সিদ্ধ করিতে হইবে এবং সুসিদ্ধ হইলে তাহা জল হইতে নামাইয়া চট্ করিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লইতে হইবে। এইরূপ করিলেই আলু ব্যঞ্জনে ব্যবহার করিবার ঠিক উপযুক্ত হইল। এখন এই আম সৌঁলা পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া তাহার মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে এবং যখন দেখা যাইবে ঝোল ফুট ফুটিতেছে, তখন পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া তাহাতে তাহা মাংস ও আলুগুলি ঢালিয়া দিতে হইবে। উহা ঢালিয়া দিয়া আবার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক। অল্পক্ষণ পরে পুনর্ব্বার পাক-পাত্রের মুখ খুলিয়া ব্যঞ্জনে লবণ এবং তৈলে ভাজা পিয়াজ, চিনি ও জীরামরিচ বাটা ঢালিয়া দিয়া একবার বেশ করিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া আবার পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে।

এইরূপ অবস্থায় অল্পক্ষণ জাল পাইলে ঝোল গাঢ় হইয়া আসিবে। কালিয়াতে অধিক ঝোল রাখা উচিত নহে। অল্প মাখা মাখা ঝোল হইলেই ভাল হয়। সুতরাং যখন দেখা যাইবে যে, ঝোল গাঢ় হইয়া আসিয়াছে, ব্যঞ্জনের এক প্রকার উত্তম বর্ণ হইয়াছে এবং ঢাকনি খুলিলে এক প্রকার সুগন্ধ বাহির হইতেছে, তখন তাহাতে আর জাল না দিয়া অবশিষ্ট গরম মসলা মিহি-সূক্ষ্মভাবে বাঁটিয়া অবশিষ্ট ঘৃতে ভাজিয়া ঢালিয়া দিতে হইবে। এই সময় অবশিষ্ট পিঁয়াজ ভাজাও উহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার উত্তমরূপে নাড়িয়া

চাড়িয়া পাক-পাত্রের মুখ ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। গরম মসলা দেওয়ার পর ব্যঞ্জনমাত্রেই যে, আঁচের উপর রাখা উচিত নহে, তাহা যেন প্রত্যেক পাচক ও পাচিকার মনে থাকে। অনন্তর পাক-পাত্রটী নামাইয়া দশ পোনর মিনিট ঢাকার অবস্থায় রাখিতে হইবে। পরে পরিবেশন-কালে আর একবার উহা নাড়িয়া চাড়িয়া পরিবেশন কর, দেখিবে ভোক্তাদিগের রসনা বাস্তবিক লোলুপ হয় কি না।

লবণাদির অত্যন্ত অম্লরসবিশিষ্ট আম্র হইলে ভাল হয় না। এজন্য আম্রের অম্ল অনুসারে উহার পরিমাণ একটু কম বেশী করিলে ভাল হয়; কারণ সকল গাছের আম্র একরূপ টক নহে। আম্রের কম বেশী করিতে হইলে যে, লবণ ও চিনিরও পরিমাণ কিছু পরিবর্ত্তন করিতে হয়, তাহা যেন মনে থাকে।

কোপ্তা মাছী।

মৎস্য দ্বারা এই কোপ্তা প্রস্তুত হয় বলিয়া ইহাকে মাছী কোপ্তা কহিয়া থাকে। মৎস্য দ্বারা নানা প্রকার নিয়মে কোপ্তা পাক হইয়া থাকে। তন্মধ্যে একটী প্রকরণ এই প্রস্তাবে লিখিত হইতেছে। অন্যান্য প্রকার প্রস্তুতের নিয়ম প্রস্তাবান্তরে লিখিত হইবে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্যখণ্ড এক সের,

ঘৃত সাড়ে ছটাক, মুগের দাইল বাটা (কাঁচা) চারি তোলা, ছোলার ছাতু চারি তোলা, পোস্তবীজ চারি তোলা, দধি এক পোয়া, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, দারুচিনি চূর্ণ তিন আনা, লবঙ্গ দুই আনা, লঙ্কা বাটা আধ তোলা, মরিচ চূর্ণ এক সিকি, ধনে বাটা দুই তোলা, আদা বাটা এক তোলা, আদার রস এক তোলা, মৌরীভাজা চূর্ণ এক তোলা, কালজীরা আধ তোলা, লবণ তিন তোলা, ডিম তিন তোলা, পিয়াজ আধ পোয়া, রশুন এক কোয়া, জল আধ সের।

মৎস্য কাবাবের পক্ষে পাকা রকমের রোহিত ও কাত্‌লা প্রভৃতি মৎস্য হইলেই ভাল হয়। প্রথমে মৎস্য কুটিয়া ধুইয়া লইতে হইবে। পরে তাহাতে এক তোলা লবণ ও আদার রস মাখাইয়া আধ পোয়া ঘৃতে অর্দ্ধেক লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ভাজিয়া রাখিতে হইবে। এখন এই মৎস্যে সমুদায় আদা বাটা, ধনে বাটা, মরিচ বাটা, লঙ্কা বাটা, অর্দ্ধেক কালজীরা, পিয়াজ বাটা, রশুন বাটা এবং দুই তোলা লবণ জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিয়া একবার নাড়িয়া চাড়িয়া পাকপাত্রের মুখ ঢাকিয়া দিতে হইবে।

অল্পক্ষণ উহা আলে থাকিলে সমুদায় জল মরিয়া মৎস্য বেশ সুসিদ্ধ হইয়া আসিবে। যখন দেখা যাইবে মাছ যেমন সুসিদ্ধ হইয়াছে, সেই সঙ্গে রসও মরিয়া আসিয়াছে, তখন এক ছটাক ঘৃত আলে চড়াইয়া পাকাইয়া লইতে

হইবে এবং লবঙ্গ ফোড়ন দিয়া ঐ মৎস্য তাহাতে ঢালিয়া দিয়া একবার ধীরে ধীরে নাড়িয়া দিতে হইবে। এই সময় সমুদায় গরম মসলা চূর্ণ উহাতে দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া নামাইতে হইবে।

মৎস্যগুলি শীতল হইলে তাহার কাঁটা বেশ করিয়া বাছিয়া ফেলিতে হইবে। কাঁটা বাছা হইলে ঐ মৎস্যে দধি, ছাতু, বাইল বাটা, পোস্তবীজ, মৌরী চূর্ণ, এবং ডিমের শ্বেতাংশ মিশাইয়া উত্তমরূপে দলিতে হইবে। উহা এরূপ নিয়মে দলিতে হইবে, তাহা যেন কাদার ন্যায় হইয়া যাইবে। কেহ কেহ আবার এই সময় বাদাম ও পেস্তা বাটাও উহার সহিত মিশাইয়া থাকেন; আমরা পরীক্ষা করিয়া দেখিয়াছি, তদ্দ্বারা আস্বাদন অপেক্ষাকৃত সুমধুর হইয়া থাকে। সে যাহা হউক এখন ঐ দলিত মৎস্যের এক একটী ডিম্বাকৃতি পিণ্ড প্রস্তুত করিয়া রাখ।

অনন্তর সমুদায় ঘৃত একটী পাক-পাত্রে ঢালিয়া দিয়া তাহাতে উক্ত ডিম্বাকৃতি মৎস্যগুলি সাজাইয়া রাখ এবং আর একটী পাত্র দ্বারা পাক-পাত্রটী উত্তমরূপে ঢাকিয়া তাহার নীচে ও উপরে তপ্ত অঙ্গার স্থাপন করিয়া রাখ; দেখিবে যে, সেই আঁচে কোপ্তা ভাজা হইয়াছে। ভাজা হইলে অর্থাৎ প্রথমেই কোটার বড় বড় শব্দ পরে ঐ শব্দ চুড় চুড় করিতে থাকিলে তাহা নামাইয়া লইতে হইবে। যদি কড়াতে উহা ভাজিতে হয়, তাহা হইলে ভুতে মৌরী; তাহা

ছড়াইয়া দিয়া তাহাতে ঐ ভিষাকৃতি পদার্থগুলি ভাজিয়া লইলেই চলিতে পারিবে।

শামীকাবাব গরম গরম আহারে বেশ সুখাদ্য। অসঙ্গতিপন্ন লোকেরা ঘৃতের অভাবে তৈল দ্বারা উহা ভাজিয়া লইতে পারেন, কিন্তু তাহা তত সুখাদ্য হইবে না।

যাঁহারা পিয়াজ ও রসুন আহারে ঘৃণা প্রকাশ করিয়া থাকেন, তাঁহারা উহার পরিবর্তে আদার পরিমাণ কিছু বেশী করিয়া দিবেন।

মৎস্যের নুরজাহানী কাবাব।

নুরজাহানী কাবাব অত্যন্ত মুখ-রোচক; কিন্তু ক্ষুদ্র জাতীয় মৎস্য দ্বারা উহা প্রস্তুত করিলে তত সুখাদ্য হয় না। অতএব রোহিত ও কাতলা প্রভৃতি বড় মৎস্য দ্বারা পাক করাই প্রশস্ত। এস্থলে আর একটী কথা মনে করিয়া রাখা উচিত। যে সকল মৎস্যে অত্যন্ত ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কাঁটা তদ্দ্বারা উহা প্রস্তুত না করাই ভাল। কারণ আহারের সময় অত্যন্ত অসুবিধা হইয়া থাকে। যে নিয়মে এই নুরজাহানী কাবাব পাক করিতে হয়, এক্ষণে তাহা উল্লেখ করা যাইতেছে।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্য (অখণ্ড) এক সের, ডিম দুইটা, ছোলার ছাতু আধ পোয়া, দধি আধ পোয়া, বেসম এক পোয়া, মৌরী বাটা দেড় তোলা, দারুচিনি বাটা এক

তোলা, এলাচ বাটা আধ তোলা, লবঙ্গ বাটা আধ তোলা, মরিচ বাটা দুই তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, পিয়াজ বাটা আধ পোয়া, আদা বাটা তিন তোলা, জাফ্রাণ (পেষিত) আধ তোলা, ঘৃত এক পোয়া, লবণ তিন তোলা।

প্রথমে অখণ্ড মৎস্যের আঁইশ ছাড়াইয়া ও কাঁটা বাহির করিয়া শীতল জলে এক ছটাক বেসম গুলিয়া উত্তমরূপ ধৌত করতঃ পুনরায় পরিষ্কার জলে ধৌত করিয়া এক অঙ্গুল পুরু মাটির লেপ দাও। পরে ঐ মৃত্তিকা লেপিত মৎস্য উত্তপ্ত বালুকা * মধ্যে স্থাপন কর। যখন দেখা যাইবে, বালুকা লাল হইয়া উঠিয়াছে, তখন বালুকার মধ্য হইতে মৎস্য বাহির করিয়া উত্তমরূপে মাটি ছাড়াইতে হইবে। এখন এই পরিষ্কৃত মৎস্যের যাবতীয় কাঁটা বাছিয়া ফেল।

এদিকে একটী পাত্রে ডিমগুলি ভাঙ্গিয়া তন্মধ্যস্থ তরল পদার্থে যাবতীয় (জাফরাণ ব্যতীত) বাটা মশলা ও লবণ ইত্যাদি এক সঙ্গে মিশাইয়া দলিতে থাক; বাটা মৎস্যও যে এই সঙ্গে মিশাইতে হয়, তাহা বোধ হয় সকলেই বুঝিতে পারিয়াছেন। উপরি উক্ত সমুদায় দ্রব্য এক সঙ্গে মিশাইলে তাহা এক প্রকার পরুপরু গোছের কাদার ন্যায় হইয়া উঠিবে।

* একটী কটাহে বালুকা অর্দ্ধপূর্ণ করিয়া তদুপরি মৎস্য স্থাপন পূর্ব্বক পুনরায় বালুকা দ্বারা আচ্ছাদন করিয়া দিতে হইবে। একণে ঐ বালুকাপূর্ণ কটাহ অগ্নিতে চড়াইয়া দিতে হইবে।

অনন্তর ঐ কর্দ্দমবৎ পদার্থ লইয়া চতুষ্কোণাকৃতি এক এক খণ্ড নির্ম্মাণ করিয়া রাখ। এখন একটী হাঁড়ি বা পাক-পাত্রে জল দিয়া আগুন চড়াও এবং জলের উপর খড় বিছাইয়া তাহাতে নির্ম্মিত পদার্থগুলি আস্তে আস্তে স্থাপন কর। অল্প-ক্ষণ জ্বাল পাইলেই কঠিন আকার ধারণ করিবে, তখন উহা আগ হইতে নামাইয়া লইবে।

অনন্তর একখানি পাক-পাত্রে সমুদয় ঘৃত আগে চড়াইয়া পাকাইয়া লও। পরে ঐ গুলি বাদামী বরণে ভাজিয়া তাহাতে পেষা জাফরাণ ছড়াইয়া দিয়া নামাইয়া অর্দ্ধ ঘণ্টাকাল ঢাকিয়া রাখিলেই মৎস্যের হুসয়াহানী কাবাব পাক হইল।

ডিমের কট্‌লেট্

মৎস্য ও মাংসের ন্যায় ডিমেরও অতি উপাদেয় কট্‌লেট্ প্রস্তুত হইয়া থাকে। ইংরাজদিগের মধ্যে এই খাদ্যের অত্যন্ত আদর দেখিতে পাওয়া যায়। ডিমের কট্‌লেট্ পাকের নিয়ম অতি সহজ এবং বহুব্যয়সাধ্য নহে; উহার পাকের নিয়ম পাঠ কর।

প্রথমে ডিমগুলি বেশী জলে ফুটাইয়া সিদ্ধ করিয়া লও। সুসিদ্ধ হইলে তাহাদের খোলা ছাড়াইয়া ভিতরের কঠিন পদার্থ বাহির কর। এখন এই ডিম বড় বড় খণ্ডে বিভক্ত করিয়া রাখ।

এদিকে কর্ত্তিত ডিমের পরিমাণানুসারে আর কতকগুলি ডিমের কুসুমাংশ বাহির করিয়া লও। এখন কুসুমে বিস্কুটের গুঁড়া কিম্বা ময়দা অথবা বেসম, মরিচের গুঁড়া, পিয়াজ ও আদার রস, গরম মসলার গুঁড়া এবং লবণ মিশাইয়া ফেনাইতে থাক। উত্তমরূপ ফেণান হইলে তাহাতে পূর্ব্বরক্ষিত কর্ত্তিত ডিম ডুবাইয়া ঘৃতে ভাজিতে থাক এবং বাদামী রঙ্ হইলে নামাইয়া লও। লিখিত নিয়মে ভর্জ্জিত ডিমখণ্ডকে ডিমের কট্‌লেট্ কহে। গরম গরম উহা খাইতে অতি সুখাদ্য। হংস এবং মুরগী উভয় প্রকার ডিম দ্বারা এই কট্‌লেট্ প্রস্তুত হইতে পারে। অতএব ভোক্তাগণের রুচি অনুসারে যে কোন ডিমের দ্বারা উহা পাক করা যাইতে পারে। আহারের অধিকক্ষণ পূর্ব্বে উহা প্রস্তুত হইলে খাইবার সময় পুনর্ব্বার গরম করিয়া লওয়া আবশ্যক। কারণ কট্‌লেট্ শীতল হইলে তত সুখাদ্য হয় না।

এই খাদ্য দ্রব্য যে অত্যন্ত পুষ্টি কর তাহা বলা বাহুল্য।

মান্দ্রাজী কাবাব।

মান্দ্রাজী কাবাব উত্তম সুখাদ্য; উহার পাকের নিয়ম পাঠ কর।

উপকরণ ও পরিমাণ—মাংস এক সের, ঘৃত এক পোয়া, জল দেড় পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ চারি আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, লবঙ্গ চূর্ণ চারি আনা, মরিচ চূর্ণ চারি

আদা, পিঁয়াজের রস এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, দধি আধ পোয়া, ডিম দুইটা, লবণ আড়াই তোলা।

মাদ্রাজী কাবাবে কোমল চাকা চাকা মাংসখণ্ড ব্যবহার হইয়া থাকে। প্রথমে মাংসখণ্ডগুলিকে আদার রস, পিঁয়াজের রস ও দধি মাখাইয়া রাখিবে। পরে এক ছটাক ঘৃত আগুনে চড়াইয়া তাহাতে সরস মাংসখণ্ডগুলি ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া ঢাকিয়া রাখিবে। রস শুষ্ক হইয়া আসিলে তাহাতে লবণ ও দেড় পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিবে। সিদ্ধ হইলে কিঞ্চিৎ ঝোল থাকিতে থাকিতে নামাইয়া ঝোল ও মাংস পৃথক পৃথক পাত্রে রাখিবে।

এখন ঐ ঝোলে উপযুক্ত পরিমাণ ময়দা মিশাইয়া মধুর মত গাঢ় করিয়া লইবে। অনন্তর তাহাতে গন্ধ দ্রব্য চূর্ণ, মরিচ চূর্ণ এবং ডিমের মধ্যস্থ তরল পদার্থ মিশাইয়া খুব ফেনাইতে থাকিবে।

এদিকে একখানি পাক-পাত্রে অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত আগুনে চড়াইয়া পাকাইয়া লইবে এবং পূর্ব্বপ্রস্তুত গাঢ় ঝোলে এক-খানি মাংস ডুবাইয়া ঐ ঘৃতে বাদামী বরণে ভাজিয়া লইবে। এখন গরম গরম উহা আহার করিয়া দেখ বাস্তবিক মাদ্রাজী কাবাব রসনায় লোভ-জনক কি না।

মাদ্রাজী কাবাব মধুরাম্লবিশিষ্ট করিতে হইলে পানক প্রস্তুত করিয়া ভর্জ্জিত মাংস তাহাতে স্থাপন করিবে এবং [illegible] হইলে নামাইবে।

যাঁহারা পিঁয়াজ ভক্ষণ নিষিদ্ধ বিবেচনা করেন, তাঁহারা উহা ত্যাগ করিয়া পাক করিবেন। আর ঘৃতের অভাবে তেলেও ভাজিতে পারা যায়, কিন্তু তাহা এত সুখাদ্য হয় না।

কাবাব শামি।

মাংসের অন্যান্য কাবাব অপেক্ষা এই কাবাব আস্বাদনে কোন অংশে ন্যূন নহে। শামি কাবাব ভোক্তাদিগের নিকট যে, আদরের দ্রব্য তাহা বলা বাহুল্য। নিম্ন লিখিত নিয়মে উহার উপকরণ ও পরিমাণ লইয়া পাক করিতে হয়।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত এক পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ চারি আনা, লবঙ্গ চূর্ণ চারি আনা, ছোট এলাচ চূর্ণ চারি আনা, মরিচ চূর্ণ আট আনা, পিঁয়াজ খণ্ড এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ আন্দাজ দুই তোলা।

শামি কাবাবে হাড়ের সহিত মাংস বাছিয়া লইতে হয়। এখন মাংস হস্ত দ্বারা উত্তমরূপে থেঁতো করিয়া লবণ ও আদার রস মাখাইয়া দুই দণ্ড ঢাকিয়া রাখিতে হইবে। পরে ঘৃতে পিঁয়াজ ভাজিয়া পাত্রান্তরে ঢাকিয়া রাখিয়া উক্ত ঘৃতে মাংস ও দধি ঢালিয়া দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া দিতে হইবে। অনন্তর তাহাতে ধনে বাটা উপযুক্ত পরিমাণ জলে গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া ঢালিয়া দিয়া সিদ্ধ করিতে হইবে। সিদ্ধ হইলে গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাংসে

রাখিয়া উহা শিকে গাঁথিয়া তাহার চারিধার বাঁশের চেঁচাড়ি বেষ্টনে সূত্র দ্বারা বাঁধিয়া তপ্ত অঙ্গারের উপর ঘুরাইতে থাকিবে এবং মাংসের যে ঝোল অবশিষ্ট থাকিবে, তাহা মধ্যে মধ্যে মাংসে দিতে থাকিবে। এই নিয়মে আগুনের আঁচে সুপক্ক হইলে অবশিষ্ট ঘৃত খাওয়াইয়া মাখাইয়া লইয়া পূর্ব্বচ্ছিন্ন পিয়াজ খণ্ডের সহিত মিশাইয়া কিয়ৎক্ষণ ঢাকিয়া রাখার পর পিয়াজ গুলির সহিত গরম থাকিতে থাকিতে আহার করিলে তোফা রসনায় তৃপ্তি সাধন করে। লিখিত নিয়মে পাক করিলে মাংসের শামি কাবাব পাক হইল।

কাবাব গুলজার।

মুসলমান বাদশাহদিগের প্রায় শেষাবস্থায় এই গুলজার কাবাব প্রথম প্রকাশিত হয় বলিয়া কিম্বদন্তী রন্ধন গ্রন্থে উল্লিখিত আছে। এই কাবাব আহারে পরম সুখ-দায়ক; এজন্য মুসলমানদিগের প্রায় সকল সমাজে উহার আদর হওয়া আবশ্যক।

উপকরণ ও পরিমাণ।—ডিম পাঁচ ছয়টা, মাংস এক সের, ঘৃত দেড় পোয়া, মরিচ বাটা এক তোলা, আদার রস দুই তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, লবণ দুই তোলা, দধি এক পোয়া, গরম মসলাচূর্ণ আট আনা, জাফরাণ চারি আনা, পিয়াজের রস এক ছটাক, জল এক পোয়া।

এই কাবাবের পক্ষে ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র কোমল মাংসই প্রশস্ত

থমে মাংসখণ্ডগুলিতে আবার রস, পিঁয়াজের রস ও দধি খিয়া এক ঘণ্টা ঢাকিয়া রাখ। ওদিকে তিন ছটাক ঘৃত কিয়া আসিলে তাহাতে মাংস ঢালিয়া দিয়া উত্তমরূপে ড়িয়া ঢাকিয়া রাখ (মধ্যে মধ্যে নাড়িয়া চাড়িয়া দেওয়া ও ঢাকিয়া রাখা আবশ্যক)। এইরূপে রস শুষ্ক হইয়া আসিলে হাতে ধনে বাটা, গোলমরিচ বাটা ও লবণ জলে গুলিয়া পাতে ছাঁকিয়া দিয়া শুষ্ক রোষ্টের মত করিয়া নামাইয়া কিয়া রাখ।

এখন ডিমগুলি জলে সিদ্ধ করিয়া তাহার খোলা ছাড়া-য়া শ্বেত ভাগের উপরিভাগ কিঞ্চিৎ তুলিয়া চাকা চাকা করিয়া কাট।

অনন্তর লোহার সরু শিকে প্রথমে এক খণ্ড মাংস ও রে এক চাকা ডিম গাঁথ। আবার ঐরূপ কর। এই নিয়মে মুদায় মাংস ও ডিম গাঁথা হইলে মাংস ও ডিম * খণ্ডগুলিতে বশিষ্ট গন্ধ মসলা ও সমুদায় জাফরাণ বাটা দেড় ছটাক গরম ঘৃতের সহিত মিশ্রিত করিয়া তাহার অর্দ্ধেক মাখাইয়া শিকটী ও অঙ্গারের উপর স্থাপন করিয়া পুনঃ পুনঃ ঘুরাইতে থাক এবং ডিম ও মাংসের উপর মধ্যে মধ্যে কিঞ্চিৎ ঘৃত ও জলের ছিটা দিতে থাক। বাদামী রঙ হইলে তাহা নামাইয়া পূর্ব্ব

---

* কেহ কেহ রঙ করিবার জন্য ডিমে আলতার রঙ মাখা-ইয়া থাকেন।

মশলাবিমিশ্রিত ঘৃত মাখাইয়া কিয়ৎক্ষণ ঢাকিয়া রাখিয়া গরম গরম আহার করিয়া দেখ, যে গুণকার কাবাব ভক্ষকদিগের নিকটেও স্বীয় গুণগ্রাম নাম প্রকাশ করিয়াছে কি না? উহা ঠাণ্ডা হইলে আস্বাদনের বিস্তর তারতম্য হইয়া থাকে।

মুসলমানি গ্রন্থে লিখিত আছে যে, আকবর কালে বাদশাহদিগের মজলিসে পরিবেশন সময়ে ইহাতে দুই এক বিন্দু গোলাপী আতর ও যৎসামান্য পরিমাণ স্বর্ণপাতি মাখাইয়া ব্যবহৃত হইত।

মাছের কাবাব।

মাছের কচুরীর ন্যায় এই কাবাব পাক তত কঠিন নহে। ইহার প্রবর্ত্তিত নিয়ম একবার পাঠ করিলেই প্রত্যেক ব্যক্তি মাছের কাবাব রন্ধন করিতে সমর্থ হইবেন।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মৎস্য এক সের, ঘৃত এক পোয়া, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ আট আনা, লবণ দুই তোলা, মরিচ বাটা চারি আনা, ধনে এক তোলা, আদা দুই তোলা, জাফরাণ এক আনা, ডিম একটা, বেসম এক পোয়া, দধি দুই ছটাক, ভাজা মৌরীর গুঁড়া এক তোলা, পিয়াজ বাটা দুই তোলা।

মাছ সিদ্ধ করিয়া তাহার কাঁটা বাছিয়া ফেল। পরে তাহাতে বেসম, ডিমের শ্বেতাংশ, মৌরী, ধনে, মরিচ, পিয়াজ, আদা বাটা ও সমুদায় গন্ধদ্রব্য চূর্ণ এবং লবণ মিশাইয়া কাবাব প্রস্তুত কর। এখন একটু বাঁশ বাঁশ সূক্ষ্ম সূক্ষ্ম চতুষ্কোণা-

কৃতি প্রস্তুত কর। পরে তাহা জল-যন্ত্রে পাক করিয়া কঠিন করিয়া লও। পাকে বেশ শক্ত হইলে নামাইয়া রাখ।

অনন্তর ঘৃতে উহা বাদামী বরণে ভাজিয়া লইয়া জাফ্রাণ কিঞ্চিৎ ঘৃতে মিশ্রিত করিয়া মাখাইলেই মাছের কাবাব প্রস্তুত হইল।

এই কাবাব মধুরাম্ল করিতে হইলে আধ সের পানক জ্বালে চড়াইয়া তাহাতে ঐ ভর্জ্জিত কাবাবগুলি পাক করিয়া শেষে জাফ্রাণ দিয়া নামাইয়া লইবে। নামাইবার সময় যেন গা-মাখা গোছের রস থাকে।

মাংসের কচুরি।

মৎস্যের এবং মাংসের পুরী ও কচুরি প্রায় একই প্রকার। মাংসের কচুরি উত্তম সুখাদ্য। উহার পাকের নিয়ম লিখিত হইল।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ময়দা এক সের, ঘৃত এক সের, দারুচিনি দুই আনা, এলাচ চূর্ণ দুই আনা, লবঙ্গ দুই আনা, মরিচ আট আনা, আদা বাটা দুই তোলা, ধনে বাটা দুই তোলা, ছোলার দাইল দুই ছটাক, লবণ পাঁচ তোলা।

ভাল রকম চাল্‌কা ময়দায় আধ পোয়া ঘৃত ময়ান দিয়া মর্দ্দন কর। উত্তমরূপ ঘৃত মিশ্রিত হইলে জল দিয়া ছানিতে থাক।

এদিকে দাইলগুলি ঘৃতে অল্প ভাজিয়া গুঁড়া করিয়া পোয়া মাংসের সহিত সমুদায় মসলা দিয়া শুষ্ক প্রকারে পাক কর। উহা সুপক্ক হইলে নামাইয়া লও।

এখন অবশিষ্ট সমুদায় ঘৃত আগে চড়াও এবং পাকিয়া আসিলে ময়দার এক একটী লেচি পাকাইয়া তাহার মধ্যে মাংসের পুর দিয়া কচুরির আকারে গঠন কর। গঠিত কাঁচা কচুরি গুলি লাল্‌চে বরণে উক্ত ঘৃতে ভাজিয়া তুলিয়া লও।

কাবাব টীকা।

উপকরণ ও পরিমাণ।—মাংস এক সের, ঘৃত আধ পোয়া, দারুচিনি চূর্ণ দুই আনা, এলাচ চূর্ণ দুই আনা, লবঙ্গ চূর্ণ দুই আনা, মরিচ চূর্ণ চারি আনা, পিয়াজ বাটা এক পোয়া, আদার রস দেড় তোলা, ধনে বাটা দেড় তোলা, দধি এক পোয়া, লবণ দেড় তোলা।

পশুর যে সকল অঙ্গের মাংস কোমল, সেই সকল অঙ্গ হইতে বড় বড় চাকা চাকা মাংস কাটিয়া লইবে এবং প্রত্যেক চাকার এক পীঠে অস্ত্রের দ্বারা থেঁৎলিয়া লইবে। পরে তাহাতে লবণ, আদার রস, পিয়াজ বাটা, ধনে বাটা, মরিচ চূর্ণ, গন্ধদ্রব্য চূর্ণ মাখাইয়া কিঞ্চিৎ ঘৃতে সাঁৎলাইয়া লইবে। অনন্তর ঐ মাংসখণ্ড শিকে গাঁথিয়া আগুনের উপর ঘুরাইতে থাকিবে এবং মধ্যে মধ্যে ঘৃত মিশ্রিত দধি উহাতে খাওয়াইবে। বেশ সুসিদ্ধ হইলে নামাইবে।

পক্ষী কাবাব

নানা প্রকার নিয়মে পক্ষীর কাবাব পাক হইয়া থাকে। যে নিয়মে এই কাবাব পাক করিতে হয় তাহা লিখিত হইতেছে।

প্রথমে পাখিটীর পালক ছাড়াইয়া পেট চিরিবে এবং নাড়ি প্রভৃতি অব্যবহার্য্য অংশ ফেলিয়া দিবে। পরে গরম জলে উত্তমরূপ ধুইয়া লইবে।

এখন এই ধৌত পাখিটীর সর্ব্বাঙ্গ ছুরী দ্বারা চিরিয়া চিরিয়া দিবে। ইহা দ্বারা যে সহজে মাংসে মসলা ও লবণ প্রবেশ করিয়া উহা সুস্বাদু করিয়া তুলিবে তাহা বোধ হয় পাঠক-মাত্রেই বুঝিতে পারিয়াছেন। এই সময় উহাতে দধি, হরিদ্রা, আদা বাটা, ধনে বাটা, লবঙ্গ বাটা, ছোট এলাচ বাটা, গোল মরিচ বাটা, লবণ প্রভৃতি আবশ্যকমত উত্তমরূপে মাখিয়া দিতে হইবে। পরে তাহা ঘৃতে বাদামী রঙ্গ করিয়া ভাজিয়া লইতে হইবে। এস্থলে ইহাও জানা আবশ্যক যে, না ভাজিয়া পাখিটী শিকে গাঁথিয়া জ্বলন্ত অঙ্গারের উপর ঘুরাইয়া ঘুরাইয়া পাক করিলেও চলিতে পারে। পাকের সময় দধি মিশ্রিত ঘৃত ক্রমে ক্রমে মাংসে খাওয়াইতে হয় তাহা যেন মনে থাকে। আর একটী কথা মনে রাখা আবশ্যক; ভোক্তাগণ রুচি অনুসারে বাটা মসলার সঙ্গে পিয়াজ বাটাও ব্যবহার করিতে পারেন। পিয়াজ দিলে যে আস্বাদন অপেক্ষাকৃত উপাদেয় হইবে তাহা বলা বাহুল্য।